



HUMANISTINEN
AMMATTIKORKEAKOULU

OPINNÄYTETYÖ

Nuoruus + äitiys = mahdoton yhtälö(kö)

Vertaistukiryhmän merkitys nuoren äidin elämässä

Sini Toikkanen

Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön koulutusohjelma (210 op)

04 / 2015

HUMANISTINEN AMMATTIKORKEAKOULU

Koulutusohjelman nimi

TIIVISTELMÄ

Työn tekijä Sini Toikkanen	Sivumäärä 57 ja 3 liitesivua
Työn nimi Nuoruus + äitiys= mahdollon yhtälö(kö), Vertaistukiryhmän merkitys nuoren äidin elämässä	
Ohjaava(t) opettaja(t) Tarja Jukkala	
Työn tilaaja ja/tai työelämäohjaaja Jyväskylän Setlementti ry, Nuoruus ja vanhemmuus-hanke, Veera Tikkanen	
Tiivistelmä <p>Opinnäytetyössä tutkittiin nuorten äitien vertaistukiryhmän merkityksellisyyttä. Tilaajana toimi Jyväskylän Setlementti ry:n Nuoruus ja vanhemmuus- hanke. Työelämänohjaajana opinnäytetyössä on toiminut Veera Tikkanen. Opinnäytetyö keskittyy hankkeen äitityö-toimintaan.</p> <p>Opinnäytetyön päättökysymyksenä toimi ”Millainen merkitys on vertaistukiryhmällä nuoren äidin elämässä? Lisäksi tavoitteiksi on asetettu seuraavat: Saada tietoa nuorten äitien jaksamisesta, tukiverkostoista, apujen ja palveluiden käytettävyydestä sekä omasta näkemyksestä yhdistää nuori ikä ja äitiys. Tavoitteena oli myös, että miten saadun tiedon perusteella voitaisiin viedä toimintaa eteenpäin sekä saada mahdollisesti perusteluja rahoitukselle, että miksi tätä kyseistä toimintaa kannattaisi jatkaa.</p> <p>Merkitys ammattialalle on tärkeä, sillä opinnäytetyöstä hyötyvät myös muut eri tahot tilaajan lisäksi. Esimerkiksi neuvolat ja eri organisaatioiden järjestämät perhekerhot. Myöskin 20- vuotiaat ovat nuoria ja heillä on täysi oikeus saada samat apu ja tuki mahdollisuudet. He voivat myös olla yksin omien ajatustensa kanssa. Koska ensisynnyttäjien keski-ikä on 28,5 vuotta, voi olla hyvinkin todennäköistä, että 20-vuotias äiti tuntee itsensä erilaiseksi jopa syrjityksi tai tuomituksi.</p> <p>Tutkimus on laadullinen eli kvalitatiivinen tutkimus. Tutkimusmenetelmänä käytettiin haastattelua. Myös havainnointia tapahtui tarkoituksellisesti tutkimusta tehdessä, mutta sitä ei erikseen kirjattu yhdeksi menetelmäksi. Tutkimuksessa haastateltiin neljää (4) nuorta äitiä heidän omissa kodeissaan. He olivat iältään 20-23 – vuotiaita. Haastattelut nauhoitettiin ja niiden jälkeen ne litteroitiin. Aineistoanalyysi tehtiin teemoittamisen avulla. Tulokset saatiin aineistoanalyysistä.</p> <p>Tuloksien perusteella, tutkimukseen osallistuneet nuoret äidit kokevat, että vertaistukiryhmä on merkityksellinen heidän elämässään. He myös jaksavat hyvin ja omaavat kukin oman tukiverkostonsa, johon lukeutui muun muassa puoliso, omat vanhemmat ja ystävät. Apuja ja palveluita myöskin käytetään ja he eivät nähneet ongelmana yhdistää nuoruutta ja äitiyttä.</p> <p>Opinnäytetyö on myös hyödynnettävissä, sillä se antaa uutta tietoa nuorisosalalle siitä, että millaista elämää toiset nuoret voivat elää ja kuinka heidän kanssaan voisi toimia. Tutkimuksesta on myös mahdollista tehdä jatkotutkimuksia, esimerkiksi tutkimuskysymyksellä ”Miten lapsi näkee, että äitinä on vanha tai nuori äiti?” Opinnäytetyötä voidaan myös hyödyntää tilaajan toiminnassa esimerkiksi nuorille äideille tarkoitetussa oppaan muodossa.</p>	
Asiasanat: nuoruus, vanhemmuus, vertaistuki, vertaistukiryhmä, äitiys	

HUMAK UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES
Name of the Degree Programme

ABSTRACT

Author Sini Toikkanen	Number of Pages 57 and 3 attachment pages
Title Youth + Motherhood = Impossible Equation?	
Supervisor(s) Tarja Jukkala	
Subscriber and/or Mentor Jyväskylän Setlementti ry's Youth and parenthood- project	
Abstract <p>This is thesis about what young mothers' peer group brings to their life. The subscriber of thesis was Jyväskylän Setlementti ry's Youth and parenthood- project. Working life leader was Veera Tikkanen. Thesis was concentrated on mother work.</p> <p>What kind of effects a peer group has on a young mother's life? The aims were next: get a information about how young mothers manage in their life, do they get support from network, do they use different kinds of services and aids, and also how they see how to both the youth and motherhood. In addition the aim was to develop the activity to get information and give arguments for financiers that this activity is important.</p> <p>Results show a that peer group has effect on young mothers. This was found when four young mothers were interviewed. Young mothers think that they are doing fine. In addition, they have support networks and they use different kinds of services and aids. Results show that activity is important. Young mothers need a possibility to continue the peer group so the project should get money from the financiers for the next year.</p> <p>The findings indicate that peer support is important. Further research is required to find out how children experience if they have young mother or older mother. In addition further research could be done what differences are between young mothers and teen mothers.</p>	
Keywords motherhood, peer support, peer group, parenthood, youth	

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	5
2 NUORUUS JA VANHEMMUUS	7
2.1 Äidiksi tulo nuorena	7
2.2 Nuoruus	10
2.3 Kehitysteorioita	11
2.4 Vanhemmuus	13
2.5 Äitiys ja äitiysidentiteetti	15
2.6 Jyväskylän Setlementti ry:n Nuoruus ja vanhemmuus-hanke työn tilaajana	18
3 VERTAISTUKI	19
3.1 Vertaistukiryhmä	20
3.2 Hyvän ryhmän tunnusmerkit	20
3.3 Nuorille äideille suunnattu vertaistuki	22
4 OPINNÄYTETYÖN TUTKIMUS	23
4.1 Tavoite, tarkoitus ja tutkimuskysymys	24
4.2 Tutkimusmenetelmät	25
4.3 Aineistoanalyysi	26
5 TULOKSET	38
5.1 Tulosten tarkastelu	38
5.2 Tulosten luottamuksellisuus ja yleistettävyyys	45
5.3 Tulosten hyödynnettävyys ja jatkotutkimuksien ehdotelmät	46
6 POHDINTA	48
6.1 Opinnäytetyön onnistumisen arviointia	48
6.2 Tilaajan arviointi	49
6.3 Pohdintaa opinnäytetyöstä	50
LÄHTEET	54
LIITTEET	58

1 JOHDANTO

Opinnäytetyöni aiheena ovat nuoret äidit ja vertaistuen merkityksellisyys nuoren äidin elämässä. Opinnäytetyön tilaajana toimii Jyväskylän Setlementti ry:n Nuoruus- ja vanhemmuus- hankkeen nuorten äitien toiminta. Johdannossa kerron yleisesti asioita sille, miten olen päätenyt tekemään opinnäytetyötä tästä kyseisestä aiheesta sekä yleisesti opinnäytetyön tekemisestä.

Olen hyvin kiinnostunut nuorten äitien sijoittumisesta nykypäivän yhteiskuntaan sekä heidän arjestaan ja elämästään. Näin ollen halusin lähteä tekemään opinnäytetyötä tästä kyseisestä aiheesta. Lisää kipinää aiheeseen on tuonut se, että lähipiiristäni löytyy kavereita, jotka ovat tulleet raskaaksi nuorena tai jopa hyvinkin nuorena. Olen tehnyt havaintoja, että nuoria äitejä saatetaan tuijottaa ja heistä tehdään oman olemuksen mukaisia ennakkokäsityksiä. Kuitenkin oman näkemäni mukaan nuoret äidit ovatkin ihan tavallisia ja hyvä äitejä siinä missä joku muukin äiti.

Se, kuinka päädyin tekemään opinnäytetyötä Nuoruus ja vanhemmuus- hankkeeseen oli oman etsinnän aikaan saannosta. Lähdin etsimään internetistä löytyisikö oman asuin paikkakuntani alueelta mitään ryhmää tai yhdistystä, jossa keskiössä olisivat nuoret äidit. Haku tuotti tulosta ja päädyin Nuoruus ja vanhemmuus- hankkeen sivuille. Yhteydenotto äitityön ohjaajaan oli jo pian tehty ja kohta kirjoitettiin jo yhteistyösopimuksia.

Äitiys on muutenkin hyvin paljon ajankohtaisissa keskusteluissa mukana aika ajoin. Se on helppo arvostelun kohde ja asioista voidaan tehdäkin helposti johtopäätöksiä, jotka voivat olla harhaanjohtavia. Puhutaan paljon äitien jaksamisesta ja väsymyksestä sekä siitä, että millainen on hyvä äiti ja millainen on taas huono äiti. Millainen äidin sitten tulisi olla?

Media tuottaa näitä asioita ulos kaikkien luettavaksi ja nähtäväksi. Monissa äitiyttä ja perhe-elämää käsittelevissä tv-ohjelmissa on aina jossakin jaksossa nuori äiti, joka kertoo elämästään. Kysymys kuuluukin, mihin media tällä pyrkii? Pyrkikö se avaamaan katsojien silmiä, että nuori äiti voi pärjätä elämässään ja taata lapselle hyvän

kasvuympäristön vai pyrkiikö se lietsomaan arvostelua ja sitä, että millaisia väärällä tavalla polkuja kulkevia kansalaisia yhteiskunnastamme löytyy?

Oma aito kiinnostus on ollut avainsana opinnäytetyötä tehdessä. Se on pitänyt innostusta yllä sen kirjoittamisessa ja tutkiessa. Välillä toki on ollut hetkiä, milloin motivaatio työn tekemiseen on ollut hukassa. Opinnäytetyön tutkimuksen haastattelut ovat olleet antavia ja kattavia sekä näkemäni nuoret äidit ovat olleet avoimia ja rehellisiä. Äidit ovat kertoneet suoraan sen, mitä he ovat kokeneet, mitä he ajattelevat ja miten he näkevät itse äitiyden ja nuoruuden yhdistämisen. Vertaistuki nousi yhdeksi osa-alueeksi tutkimukseen, sillä nuoret äidit toimintaan lukeutuu kahden vertaistukiryhmän ylläpitäminen.

Ensimmäiseksi opinnäytetyössä käsitellään teoreettista viitekehystä luvuissa kaksi ja kolme. Teoreettiseen viitekehykseen lukeutuu nuoruus, vanhemmuus äitiys, äitiys-identiteetti, vertaistuki ja hyvä ryhmä. Seuraavaksi, luvussa neljä, kerron opinnäytetyön tutkimuksesta ja sen tavoitteesta, tarkoituksesta ja menetelmistä. Luvussa viisi käsitelen tutkimuksen tuloksia. Viimeisenä, luvussa kuusi pohdin muun muassa opinnäytetyön onnistumista.

Onko siis totta, että nuoruus + äitiys = mahdoton yhtälö? Tähän tutkimuksella pyrin vastamaan ja vastaus siihen myös löytyi.

2 NUORUUS JA VANHEMMUUS

Tässä kappaleessa käsitelen opinnäytetyön tutkimuksen tietopohjaa. Ensimmäiseksi käydään teoriaa ja mietintöjä nuorena tulemisesta äidiksi. Seuraavaksi kerrotaan nuoruudesta, vanhemmuudesta, äitiydestä ja äitiysidentiteetistä. Luvussa 2.6. esitellään tämän opinnäytetyön tilaaja.

2.1 Äidiksi tulo nuorena

Jotkut naiset ovat voineet ajatella nuorena, että mitä sitten, jos tulenkin raskaaksi nuorena. Miltä se tuntuu? Mitä kaverit ajattelevat? Kuinka kerron vanhemmille? Miten käy tulevaisuuden? Muistamme mahdollisesti vanhempien antamat ”saarnat” ehkäisyn käytöstä ja kuinka lapsen saaminen nuorena pilaisi vielä vanhanakin muistettavan nuoruuden. Mutta mitä sitten, kun se osuukin omalle kohdalle? Voin vain kuvitella nuoren tunteet ja ajatukset siinä vaiheessa, kun raskaustestissä olikin plusmerkki eikä miinus- merkki.

Mutta onko elämä sitten pilalla? Sinulla ei ole mahdollisuutta saada hyvää elämää, et tule pärjäämään etkä saa rahaa tarpeeksi elättämiseen. Näen, että nykypäivänä nuorena äidiksi tulo nähdään hyvinkin negatiivisena asiana ja tätä ovat vahvistaneet jokuset lukemani nettikeskustelut ja artikkelit. Onko asiasta tullut osittain jopa tabu?

On ollut jo tiedossa pidemmän aikaa, että ensisynnyttäjien keski-ikä on noussut. Vuonna 2013 ensisynnyttäjistä joka viides synnyttäjä oli täyttänyt 35 vuotta. Ensisynnyttäjien keski-ikä oli 28,5 vuotta vuonna 2013. Samana vuonna kaikista synnyttäjistä alle 20-vuotiaiden osuus oli kaksi (2) prosenttia. (Terveystieteiden tutkimuskeskus, 2014.) Vantaan sanomien nettiartikkelissa, joka kertoo TV 2- kanavan Teiniäidit ohjelman yhdestä äidistä, kerrotaan että vuosittain Suomessa tulee noin 1000 alaikäistä raskaaksi. Kyseisessä artikkelissa kerrotaan myös, että 1970-luvun jälkeen alle 20-vuotiaiden raskaudet ovat vähentyneet tasaisesti. (Lagström, 2014.)

Kuka sitten on nuori? On vaikea määritellä, kuka on nuori juuri tähän tiettyyn aikaan. Nuorisolain 2006/72 mukaan nuoriksi luetaan kaikki alle 29-vuotiaat. Monet nuorisotilat ja – kahvilat määrittelevät kävijäkunnan esimerkiksi ”yläkouluikäisille” tai ”12–18-vuotiaille”. Toinen voi kokea olevansa jo nuori 12-vuotiaana, kun joku tuntee olevansa silloin lapsi. Toki joku toinen voi tuntea olevansa nuori vielä 25 vuotiaanakin, ja toinen näkee olevansa jo aikuinen. Voidaan mielestäni puhua tosi nuorista äideistä ja nuorista äideistä. Tarkoitin (tässä opinnäytetyössä) tosi nuorilla äideillä alle 18-vuotiaita ja nuorilla äideillä yli 18-vuotiaita.

Tällä hetkellä käydään ajankohtaista keskustelua siitä, että kuntien tulisi tarjota nuorille ilmainen ehkäisy. Ilmaisen ehkäisyn tarjoamista on kehottanut THL ja Väestöliitto jo pidemmän aikaa. Raumalla on päästy ilmaisen ehkäisyn tarjoamisella kattaviin tuloksiin rahallisesti ja teinien aborttien määrä on vähentynyt selkeästi. Raumalla ilmainen ehkäisy on mahdollisuus kaikille alle 20 vuotiaille tytöille. Pitäisikö asiasta tehdä laki eli kuntien olisi lain velvoitteella pakko järjestää nuorille ilmainen ehkäisy? Mikä olisi se oikea ikäraja tähän, eli alle 20-vuotiaat vai alle 25-vuotiaat? Väestöliiton nuorisolääkäri Miila Halosen mukaan, ikä tulisi olla tarpeeksi korkealla. Rauman perhetukikeskuksen päällikkö Anne Vertainen kertoo, että Raumalla on mietitty ikärajan nostamista ylöspäin, esimerkiksi 23 ikävuoteen. (Yle Areena, 2015.) Ehkäisyn tarjoaminen vähentäisi niin ikään mahdollisia abortteja, mutta myös esimerkiksi mahdollisesti sukupuolitautilien leviämisen. Rahaa tarvitaan myös ehkäisyyn, ja esimerkiksi e-pillarit saattavat olla monelle aikuisellekin kynnyskysymys taloudellisesti.

Mutta voiko ilmaisen ehkäisyn jakaminen lisätä nuorten mahdollista riskikäyttäytymistä ja madaltaa seksin aloitusikää? Miila Halonen toteaa, että asia on juuri päinvastainen eli jos nuorelle tarjotaan hyvää seksuaalikasvatusta, hänen seksin aloittamisikä myöhentyy. Asiasta on myös tutkimuksellista näyttöä. Halonen myös toteaa, että nuoret ovat kahdessa epätasa-arvoisessa asemassa ilmaisen ehkäisyn tarjoamisen suhteen; on kuntia joissa ehkäisyetu tarjotaan ja toisissa kunnissa ei tarjota kuin vain esimerkiksi muutaman kuukauden e-pillarit. Anne Vertainen toivoisi, että mahdollisimman monet kunnat alkaisivat tarjoamaan ilmaista ehkäisyä alle 20-vuotiaille nuorille. (Yle Areena, 2015.)

Nuorelle raskaaksi tuleminen on yleensä kriisi. Lyhyen ajan sisällä täytyy sopeutua uusiin asioihin hyvinkin nopeasti. Nuorelle äidille mietittyttäviä asioita yleensä ovat oma elämäntilanne esimerkiksi jääkö koulu kesken, oma pärjääminen elämässä eli täysivastuu vauvasta ja taloudellinen pärjääminen sekä muiden suhtautuminen asiaan. Niin äidille kuin isällekin tukiverkosto on tärkeä. (Väestöliitto, 2014.)

Nuorena vanhemmaksi tulosta voi myös selvitä. Iltalehden artikkelissa kerrotaan elävistä esimerkeistä, 21-vuotias Laura Turpeinen ja 20-vuotias Jussi Kukkonen. Vanhemmuuden rooliin molemmat ovat astuneet alaikäisinä ja elävät edelleen yhdessä pariskuntana. Heillä on kaksi lasta ja elävät ”normaalia” perhe-elämää. Artikkelista saa kuvan, että molemmat ovat omaksuneet itsellensä vanhemmuuden roolin hyvin, vaikka se alussa olikin järkytys. Koulu on jäänyt Lauralta kesken, mutta ei ole menoa haitannut. Jussi vaihtoi armeijan siviilipalvelukseen, että saa olla enemmän perheensä kanssa. Pariskunta pyrkii vaalimaan parisuhdettaan, silloin kun lapset saadaan hoitoon. Suuri merkitys heidän elämässään on ollut tukiverkostolla (isovanhemmat) ja lastenhoitoavulla. He myös toteavat, että rahan kanssa on tiukkaa, mutta se opettaa ja se ei tunnu niin kauhealta, koska ei ole koskaan saanutkaan suuria tuloja. (Kiiski, 2015.)

Suurimmaksi osaksi nuorten äitien äitiblogit ja keskustelut joita olen lukenut, ovat olleet hyvin positiivisia. He ovat ylpeitä siitä mitä ovat ja kokemus äitinä olemisena on ollut positiivinen. Toki, löytyy nuoria äitejä (tässä tapauksessa teiniäiti), jotka eivät koe asiaa yhtä positiivisena vaan ehkä enemmänkin negatiivisena. Eräässä blogissa teiniäiti kertoo miksi lasta ei kannata hankkia nuorena. Idea blogikirjoitukseen oli lähtenyt siitä, että Rovaniemellä on ollut meneillään teiniäitibuumi. Blogissaan hän kertoo perusteluja sille että, miksi teininä äidiksi ryhtyminen ei kannata. Hän perustelee asiaa seuraavilla esimerkeillä; taloudelliset ongelmat, parisuhteen päättyminen, joka on kuulemma enemmän sääntö kuin poikkeus, opiskelut jäävät kesken, kaverisuhteet eivät ole samanlaiset, epävarmuus, häpeä, lapset eivät ole valmiita hänen mielestään äideiksi ja joutuu loppu elämän kantamaan leimaa otsassaan. (Aulos, 2014.)

Onkin jo tässä vaiheessa tiedettävää, että nuorena tulo äidiksi on iso asia ja apua tullaan todennäköisesti tarvitsemaan. Se, millaista tukea tarvitaan, on eriasia. Joku voi tarvita juttu seuraa, toinen lastenhoitoapua ja kolmas taloudellista tukea. Koska

nuorien äitien osuus nykypäivän Suomessa on jokseenkin harvinaista, ei ihmeekään, että asiaa pidetään kummeksuttavana.

2.2 Nuoruus

Nuoruus on mullistavaa aikaa. Koska olemme jokainen omia yksilöitämme, koemme sen hyvinkin erilaisilla tavoilla. Kehityksemme on yksilöllistä, joten onkin mahdotonta määritellä milloin nuoruus alkaa ja loppuu ja milloin pitäisi tapahtua seuraava kehityssaskel eteenpäin. Yleisesti voidaan määritellä, että nuoruus alkaa noin 12–13 vuotiaana ja noin 21–25 vuoden iässä sen nähtäisiin päättyvän. (Lindblom- Yläne, Niemelä, Päivänsalo & Tynjälä 2009, 90.) Nuoruus voitaisiinkin nähdä jokaisen elämän yhtenä käännekohtana.

Yleensä ensimmäinen ajatus nuoruuden kehittymisestä on identiteetin rakentuminen. Sen muodostumista ovat määritelleet ja tutkineet monet tutkijat (esim. Erik Erikson, Peter Blos, Lawrence Kohlberg) luomalla omia teorioitaan identiteetin rakentumisesta.

”Identiteetillä tarkoitetaan kokonaiskäsitystä itsestään eli psyykkisistä, fyysisistä ja sosiaalisista ominaisuuksistaan sekä arvoistaan ja tavoitteestaan” (mt., 93).

Puhuttaessa henkilökohtaisesta identiteetistä on kyse yksilön ominaisuuksista, joiden avulla hänestä tulee ainutlaatuinen. Henkilökohtainen identiteetti käsittää myös itsetunnon ja minäkäsityksen. Sosiaalisella identiteetillä tarkoitetaan ominaisuuksia, jotka ihminen voi jakaa muiden yksilöiden kanssa. (mt., 93–95.)

Jari Sinkkonen väittää, että vanhemmat ovat menneet väärään suuntaan ajatellessa, että nuoret ovat valmiita päättämään omista asioistaan sekä ottamaan vastuuta omista asioistaan hyvinkin varhaisessa iässä. Hän perustelee väitettään sillä, että aivotutkimuksilla on saatu näyttöä siitä, että nuorella on keskeneräiset aivot keskushermostonalueilla, joilla saatu tieto kootaan yhteen ja jonka pohjalta tehdään päätökset. Näin ollen oletus siitä on väärä, että nuorella olisi harkintakykyä ymmärtää teko-

jensa seurauksia, tarvitaan vierelle aikuinen joka tukee ja ymmärtää. (Sinkkonen 2010, 53.)

Nuoruusiässä huomataan turvallisen kiintymyssuhteen tärkeys. Ero lapsuuteen on se, että painopiste kiintymyssuhteessa siirtyy vanhemmista enemmän ulkopuolisiin ihmisiin. Painopiste voi olla esimerkiksi ystävyssuhteessa tai seurustelusuhteessa. Tämän lisäksi voidaan etsiä toista aikuista, johon tarvittaessa voi purkaa voimakkaitakin tunteita. Tästä syystä esimerkiksi nuorisotyönohjaaja tai urheiluvalmentaja voivat tulla enemmän läheisimmäksi kuin omat vanhemmat. Turvallinen kiintymyssuhde on myös yksi valmius kohti itsenäistymistä. (mt., 92–93.)

Nuoruus on siis monelta kantilta muutoksien aikaa ihmisen elämässä. Nuoruuden kokeminen voi olla toiselle ihanaa ja toiselle kamalaa. On tärkeää, että nuoren ympärillä on silloin ihmisiä, jotka välittävät, rakastavat, tukevat ja huolehtivat. Vaikka itsenäistymisen tarve onkin kova, tarvitsee nuori tukea ja apua. Myös nuorena tehdyt virheet voivat vaikuttaa vielä aikuisuudessakin. Esimerkiksi nuoruudessa tehty huumausainerikos vaikuttaa opiskeluun ja työnsaantimahdollisuuksiin turvallisuusosalalla.

2.3 Kehitysteorioita

Nuoruuteen, kuten kaikkiin ikäkausiin, kuuluu omat kehitystehtävänsä. Aalbergin ja Siimeksen näkemyksen mukaan nuoruuden kehitystehtäviä on kolme.

1. ”Irrottautuminen lapsuuden vanhemmista, heidän tarjoamastaan turvasta ja heihin kohdistuvista toiveista sekä vanhempien löytäminen uudelleen aikuisen tasolla.
2. Puberteetin johdosta muuttuvan ruumiinkuvan, seksuaalisuuden ja seksuaalisen identiteetin jäsentäminen
3. Ikätovereiden apuun turvautuminen nuoruusiän kasvun ja kehityksen aikana.” (Väestöliitto, 2015.)

Aalbergin ja Siimeksen mielestä nuoruudessa on tarkoitus saavuttaa oma itsenäisyys. Itsenäisyyttä voidaan kuvata myös sanalla autonomia. Kehitystehtävien tarkoituksena on, että ne ratkaisemalla voi saavuttaa itsenäisyyden. (Väestöliitto, 2015.)

Aalbergin ja Siimeksen teorian mukaan nuoruus jaetaan kolmeen osaan. 12–14-vuotiaana eletään **varhaisnuoruutta**. Se on puberteetin käynnistymisen aikaa, jolloin kehossa tapahtuu fyysisiä muutoksia. Levottomuus, kiihtymys ja hämmennys voivat olla fyysisten muutoksien aikaan saannosta. Elämä voi olla hyvinkin ristiriitaista ja halutaan itsenäistyä. Oma kehokaan ei ole täysin hallinnassa. **Varsinainen nuoruus** eletään 15–17 vuoden ikäisenä. Mahdolliset konfliktit ja ristiriitaiset tunteet ovat alkaneet helpottua ja vähentyä. Nuori samaistuu ikätovereihinsa ja vanhempiinsa ja näin oma persoonallisuus alkaa hahmottua. Sopeutuminen omaan ruumiinkuvaan on melkein valmis. Keskeisenä asiana on seksuaalisuden kehitys. 18–22-vuotiaana alkaa jäsentymisvaihe eli **jälkinuoruus**. Tällöin nähdään oma itsemme kokonaisuutena. Nuori oivaltaa uusia asioita; kompromissien teko, empatiakyky lisääntyy, itsekeskeinen ajattelutapa vähentyy sekä nuori osaa ottaa huomioon myös toisia. Nuori alkaa ottaa vastuuta itse itsestään, sijoittaa itsensä osaksi yhteiskuntaa ja alkaa miettimään päätöksiään tulevaisuudessa, esimerkiksi ammattia ja perheenperustamista. (Väestöliitto, 2015.) Koska olemme jokainen omanlaisemme yksilö, kehitymme jokainen omaa tahtiamme. Erilaiset lapsuudessa koetut asiat kuten traumat ja muistot voivat viivästyttää kehitystehtävien ratkaisemista.

Erik. H. Erikson on muodostanut oman kehitysteoriansa jakamalla elämänkaaren kahdeksaan (8) erilaiseen kehityskriisiin. Hänen mukaansa nuoruuden kehityskriisiin kuuluu oman identiteetin rakentaminen. Kehityskriisi voidaan lyhyesti sanoa: identiteetti vs. roolien hajaannus. (Suhdesoppa, 2013.)

Matteusvaikutuksella tarkoitetaan ilmiötä, jolloin ratkaisemattomat tehtävät kasaantuvat ja näin ollen kehitys ei kulje eteenpäin. Ajatellaan, että aina edellinen kehitystehtävän ratkaisu on edistymisen seuraavaan kehitystehtävään. (Kehityopsykologia, 2015a) Näin ollen jos esimerkiksi lapsuudessa jää ratkaisematta jokin kehitystehtävä esimerkiksi moraalisen kehityksen taso, se ei kehity nuoruudessa seuraavalle tasolle, ennen kuin lapsuuden moraalinen taso on saavutettu. Voiko siis näin ollen käydä nuorille äideille, jotka eivät välttämättä ratkaise kaikkia nuoruuteen kuuluvia kehitystehtäviä? Pystyvätkö he ratkaisemaan aikuisuuteen kuuluvat kehitystehtävät?

Lawrence Kohlberg (1927–1987) on tehnyt teorian moraalisesta kehityksestä. Hän on jakanut moraalisen kehityksen kolmeen vaiheeseen; 1. Esimoraalinen taso 2. Sovinnaisen moraalin taso ja 3. Autonomisen moraalintaso. Varhaisnuoruudesta lähtien käytäisiin hänen mukaansa kolmatta tasoa. Kolmannen eli autonomisen moraalitason tarkoituksena on, että arvot ja periaatteet määriteltäisiin itsenäisesti, omantunnon mukaan. Siihen kuuluu myös kyky arvioida omaa moraaliaan kriittisesti. Autonomiseen (periaatteelliseen) moraalitasoon kuuluu vaiheet 5. sopimusten ja motiivien perusteella teot ja motiivit ovat oikeutettuja sekä vaihe 6. määrittellä omakohtaisesti oikeaa ja väärää sisäisten periaatteiden mukaan. (Rossi, 2015; Kehityopsykologia, 2015b.)

Kognitiivisen kehitysteorian luoja toimii Jean Piaget. Hänen mukaansa kehityksen tukipilarina ovat skeemat eli sisäiset mallit. Piaget jakoi kognitiivisen kehityksen neljään eri vaiheeseen; 1. Sensomotorinen vaihe (0-2v) 2. esioperaationaalinen vaihe (2-7v) 3. konkreettisten operaatioiden vaihe (7-11v.) ja 4. formaalisten operaatioiden vaihe (11-15v). Formaalisten operaatioiden vaihe osuu nuoruusikään. Hänen mukaansa ajattelu vapautuu välittömästä todellisuudesta ja abstraktius lisääntyy. Voidaan huomioda useita näkökulmia yhtä aikaa sekä ajattelu kasvaa mielikuvien ja muistin avulla. Hänen mielestään myös tässä vaiheessa nuorella on kykyä arvioida eettisesti ja moraalisesti. (Kehityopsykologia, 2015c.)

Sigmund Freud on luonut teorian psykoseksuaalisesta kehityksestä. Hän jakaa sen viiteen eri vaiheeseen, jotka toteutuvat eri aikakausina. 1. Oraalinen vaihe (0-1v) 2. anaalinen vaihe (1-3v.) 3. Fallinen vaihe (3-6v.) 4. Latenssi vaihe (6-12v.) 5. Genitaalivaihe (12-14v.). Näistä vaiheista nuoruusiässä koetaan osittain myöhäistä latenssi-vaihetta ja sen jälkeen genitaalivaihetta. Latenssivaiheessa seksuaalisuus on vähäistä ja sitä torjutaan, kun taas genitaalivaiheen alkaessa seksuaalisuus nousee pinnalle. Silloin eroottiset ajatukset alkavat kehittymään ja aikuisuuden seksuaalidentiteetti alkaa kehittyä. Mielihyvä koetaan sukupuolielimissä. (Kehityopsykologia, 2015d.)

2.4 Vanhemmuus

Vanhemmuus, elämäntehtävä, jonka jokainen vanhempi saa itsellensä, kun lapsi syntyy maailmaan. Nykypäivänä vanhemmuutta kritisoidaan, arvioidaan ja tarkastellaan välillä aika kovinkin ottein. Vanhemmat ovat lastensa kasvattajia, joiden pitäisi onnistua täydellisesti tehtävässään. Väestöliiton sivuilla kerrotaan, että voi syntyä suorituspaineita, varsinkin vanhemmalle, joka on kotona lapsen kanssa, koska hän saattaa kokea vanhemmuuden ainoaksi roolikseen (Väestöliitto, 2015).

Vanhemmuuteen kasvetaan ja sitä voidaan oppia muilta. Jokaisen omaan vanhemmuuteen vaikuttaa esimerkiksi oma menneisyys sekä elämäntilanne. Jokaisella vanhemmalla on oikeus ja lupa positiivisiin, mutta myös negatiivisiin tunteisiin; ylpeys, ilo, ärtyisyys ja väsymys. On myös lupa sekä oikeus hakea itsellensä tukea ja apua. Hyvää vanhemmuutta ei voi määritellä yksiselitteisesti, siihen on monia eri tapoja. (Mannerheimin lastensuojelu liitto, 2015a.)

Vanhemmuuden kaarella tarkoitetaan sitä, että vanhemmuus ei lopu koskaan, mutta vanhemmuuden muodot ja tehtävät muuttuvat lapsen kasvun ja kehityksen myötä. Pikkulasten, koululaisten, murrosikäisten ja kotoa pois muuttavien nuorten vanhemmuus on erilaista. Näin ollen omia ajatuksiaan sekä kasvatustaan täytyy jäsentää uudelleen. (Mannerheimin lastensuojelu liitto, 2015b.)

Vanhemmuus käsittää monia asioita. Kuten on jo aiemminkin mainittu, vanhemmuus muuttuu ja muokkaantuu lapsen kehityksen myötä erilaiseksi. Eikä se myöskään ole yksinkertaista (Krank, 2015).

”Vanhemmuus on elämän pituinen rooli. Jokainen uusi vanhempi saa eväät tähän rooliinsa omilta vanhemmiltaan, lapsuudestaan ja kasvuympäristöstään. Vanhemmuus syntyy oman lapsen kautta ja vuorovaikutuksessa lapsen kanssa. Moninaiset vaiheet lapsen kehittymisessä opettavat äitiä ja isää vanhemmuuden tiellä.” (Krank, 2015.)

Vauvaikäisenä lapsi on täysin riippuvainen vanhemmistaan. Hän ei selviä, jos hän ei saa ruokaa, puhtautta ei ylläpidetä, ei turvata lepoa, häntä ei pueta eikä hoideta sairauksia. Vauva tarvitsee kaiken kattavan huolenpidon. Näillä annetaan vauvalle säännöllisyyttä ja turvallisuudentunnetta. (mt., 2015.)

Rakkaus lasta kohtaan on osa vanhemmuutta. Rakkaus ei roihahda välttämättä heti ensi näkemältä ja se saattaa tuottaa hämmennystä ja pettymystä vanhemmille. Lapselle välitetään rakkautta hoitamisella ja sylissä pitämisellä. Lapsen ja vanhemman välinen vuorovaikutus on perusta lapsen identiteetin luomiselle. (mt., 2015.)

Kuten on jo mainittukin, rajat antavat turvaa lapselle. Lapsi tuntee olonsa hyväksytyksi itsensä hellyyden ja hoivaamisen kautta, mutta myös turhautumisen ja pettymistenkin aikana. Rajat täytyy kuitenkin asettaa johdonmukaisesti, näin lapsi oppii omat rajansa. (mt., 2015.) Monesti kasvatusta kuvaillaankin kahdella sanalla: rakkautta ja rajoja.

Mikä on sitten hyvää vanhemmuutta ja mikä taas huonoa vanhemmuutta? Mielestäni tähän ei voi sanoa yksiselitteistä vastausta, sillä olemme jokainen omia yksilöitämme. Kasvatustavat ja – näkemykset voivat olla hyvinkin erilaisia. Se mikä on toisen mielestä toimiva kasvatustapa, ei toimi toisen perheen lapsille ollenkaan. Kuitenkin, pidän perustana, mitä Lastensuojelulaki (417/ 2007) määrää 2 § mukaan:

”Lapsen vanhemmilla ja muilla huoltajilla on ensisijainen vastuu lapsen hyvinvoinnista. Lapsen vanhemman ja muun huoltajan tulee turvata lapselle tasapainoinen kehitys ja hyvinvointi siten kuin lapsen huollosta ja tapaamisoikeudesta annetussa laissa (361/1983) säädetään.”

Ei ihmeikään, että ajatukset omasta vanhemmuudestaan ja riittämättömyydestä mietittävät, sillä Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen tekemän tutkimuksen mukaan yli puolet vastaajista olivat sitä mieltä, että heillä on huoli omasta jaksamisestaan. Myös yhteisen ajan riittämättömyys lapsen kanssa, omat taidot vanhemmuudesta ja ristiriitatilanteissa maltin menettäminen olivat huolen aiheita vastaajilla. (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, 2013.)

2.5 Äitiys ja äitiysidentiteetti

Äitiys. Pieni sana mutta suuri merkitys. Ei siis ihmeikään, että sitä tarkastellaan, mietitään ja arvostellaan. Voisi sanoa, että äitiyttä on yhtä monta erityyppiä kuin on äitejäkin maailmassa. Jokainen nainen on oma persoonansa joten äitiyskin on erilaista.

Hyvä äiti – huono äiti. Onko mahdollista olla välissä? Täydellinen äitiys? Mitä äitiys vaatii? Tuleeko se automaattisesti?

”Äidiksi tuleminen on yksi naisen elämän suurimmista muutoksista ja vaatii sopeutumista. Äideiksi kasvetaan, ei synnytä, ja kasvamista voi pitää jatkuvana prosessina. Äitiys ei ole itsestäänselvyys, muttei myöskään annettua, äitiys tulee muodostaa itse. Se on valintoja ja kokemuksia.” (Ensi- ja turvakotien liitto, 2015)

Äiti valmistautuu tulevaan tehtävään, äitiyteen, jo raskauden aikana. Keho on jatkuvassa muutoksessa. Oksitoniinin erityös suurenee, jonka seurauksena prolaktiinihormooni valmistaa äitiä hoivaamiseen ja imetykseen. Äidin kasvu äidiksi alkaa vauvan hoitamisella ja läsnäololla. Emotionaalinen, biologinen ja fyysinen muutos ovat osatekijöitä äidiksi kasvamisessa. (Ensi- ja turvakotien liitto, 2015.)

Jokainen äiti haluaa varmasti olla paras mahdollinen lapselleen ja onnistua kaikessa täydellisesti. Itseensä imetäänsä valtava määrä tietoa raskauden aikana, kuinka asiat täytyy tehdä, mitä saa tehdä ja mitä ei saa tehdä.

”Äitiys on Nätkinin (1997,250) mukaan kulttuurinen ja historiallinen rakennelma, joka koostuu monista suhteista ja joka on alati määrittelyn alaisena. Pohjimmiltaan äitiyden määrittelyssä on kysymys siitä, että kokeilemme kulttuuristen rajojen joustavuutta.” (Nousiainen 2004, 57.)

”Nyky naiset näyttäisivät heittäytyvän äitiyden projektiin suunnittelemalla ja hankkimalla tietoa enemmän kuin mitkään aiemmat sukupolvet. Mutta tässäkin näyttäisi pätevän vanha totuus: tieto lisää tuskaa. Kaikki tieto, lukeminen ja valmistautuminen näyttäisivät tuovan mukaan paljon huolta, paineita ja pelkoja. Ei kai kadoksissa ole sittenkin äitiyden ilo ja luonnollisuus?” (Pelo, 2011.)

Väestöliiton julkaisemassa kirjassa Äidin kielletyt tunteet, Raisa Cacciatore ja Kristiina Janhunen (2008, 12–26) esittelevät 11 myyttiä äitiydestä.

- 1 myytti: Äidit ovat tietyn ikäisiä, kokoisia ja näköisiä
- 2 myytti: Synnytyksessä ja imetyksessä mitataan äitiyttä
- 3 myytti: Äitiys on luonteenpiirre
- 4 myytti: Äiti rakastuu lapseensa ensisilmäyksellä
- 5 myytti: Äidit ovat automaattisesti onnellisia
- 6 myytti: Äiti ei ole väkivaltainen
- 7 myytti: Äitiys on harmoniaa
- 8 myytti: Äiti on lapsilleen tasapuolinen

- 9 myytti: Lapsen temperamentti johtuu äidistä
- 10 myytti: Yksi äiti riittää
- 11 myytti: Ydinperhe on paras

Kerrotaan, että aineiston perusteella äideillä on ihannekuva siitä, millainen äiti pitäisi olla. Odotukset voidaan luoda korkealle, ja kun sitä ei saavuteta, koetaan turhautumista ja epäonnistumista. On tehty myös huomio, että tasa-arvoisempaan vanhemmuuteen tähdätyt toimet, eivät heilauta vanhanaikaisia käsityksiä äitiydestä. (Cacciatore & Janhunen 2008, 12)

Onneksi kuitenkin nämä ovat myyttejä eivätkä tosiseikkoja. Toki mielipiteitä voi jokaisella olla esimerkiksi siitä, mikä on oikea ikä saada lapsi ja onko äidin selvittävä yksin kasvatuksesta. Näen, että ei kukaan äiti ole supersankari. Mielestäni äitiyttä voitaisiin kuvailla tai selittää samalla tavalla, kuin usein rakkauttakin: ”täydellistä rakkautta ei ole olemassakaan”.

Tänä keväänä on alkanut televisiossa Liv-kanavalla uusi reality-sarja, Äitien sota. Onko keksitty taas yksi uusi keino, jolla luoda näitä myyttejä ja uskomuksia millainen äidin tulee olla? Mietin myös, että kuka haluaa vapaaehtoisesti lähteä toisten äitien arvioimaksi koko kansan eteen. Toimiiko motivaationa se, että voittamalla muut äidit, olet viikon äiti? Haluavatko äidit nostaa omaa itsetuntoaan? Sarjassa arvostellaan kouluarvosanoin kodinhoitoa ja äitiyttä ja tarkastellaan arjessa selviytymistä. 19.2.2015 esitetyssä jaksossa muut äidit olivat yhden äidin kodista sitä mieltä, että sisustusta pitäisi parantaa ja kyseessä oli viiden kotona asuvan pojan yksinhuoltaja-äiti. Onko äitiys sitä, että osaat sisustaa asuntosi toisia miellyttäväksi? Vaaditaanko, että hyvä äitiys sisältää olohuoneessa design divaanisohvan ja Vallilan verhot?

Kuten voikin jo päätellä, muutos elämässä, ”vapaasta” naisesta äidiksi on suuri. Valmistautuminen on voinutkin olla liian vähäistä, mitä olisi voinut kuvitella. Äitiys vaatii muutokseen sopeutumista. Vauva ottaa ainakin ensimmäisen sijan elämässä, muut asiat kuten harrastukset, ystävät ja oma itse ovat taka-alalla. (Ensi- ja turvakotien liitto, 2015.)

Äitiysidentiteetti

Rakennamme niin sanottua ”lopullista identiteettiä” nuoruuden myllerryksessä. Kuitenkin äitiys rakentuu osaksi äidin omaa identiteettiä. Näin ollen se vaikuttaa äidin käsitykseen itse itsestään. (Ensi- ja turvakotien liitto, 2015.)

Äitiysidentiteetti rakentuu monesta osatekijästä: äidin ja lapsen isän välisestä suhteesta (parisuhde ja vanhemmuus), suhde merkittäviin toisiin henkilöihin, mutta kuitenkin tärkeimpänä äidin ja lapsen välisestä suhteesta. Nämä kaikki suhteet ovat merkittäviä äitiyden näkökulmasta ja ne rakentuvat Nousiaisen mukaan relationaalisessa tilassa. Äitiysidentiteetti rakentuu myös siltä osin, miten oma äiti on toiminut äitinä. Se ei kuitenkaan ole suoraviivaista, vaan omaa identiteettiä rakennetaan refleктоimalla itseään ja suhdetta muihin. (Nousiainen 2004, 77.)

Äitiys on myös paketti tunteista. Tunteilla on merkitystä äidin identiteetille. Lapsi tuo mukanaan iloa, nautintoa sekä antaa kokemuksia pätevyydestä. Mutta pakettiin kuuluu myös negatiivisia tunteita; väsymys, huoli, epävarmuus ja syyllisyys. (Pelo, 2011.)

2.6 Jyväskylän Setlementti ry:n Nuoruus ja vanhemmuus-hanke työn tilaajana

Opinnäytetyön tilaaja on Jyväskylän Setlementti ry:n Nuoruus ja vanhemmuus-hankkeen Nuoret äidit- toiminta. Jyväskylän Setlementti ry on Jyväskylän alueella toimiva yhdistys, joka kuuluu osaksi Suomen Setlementtiliittoa. Jyväskylän setlementti on perustettu vuonna 1940. (Setlementtiliitto, 2012.) Yhdistys

”tukee ihmisenä ja ihmisen lähimmäisenä kasvamista, sosiaalista ja yhteiskunnallista toimintaa sekä edistää vuorovaikutusta ja keskinäistä avunantoa” (Jyväskylän Setlementti ry, 2015).

Keskeisimmät toimialat Jyväskylässä ovat kasvatus, koulutus ja sosiaaliset hankkeet. Jyväskylän toimintaan lukeutuu Jyväskylän kansalaisopisto, Jyväskylän Jälkkäri, hanketoiminta sekä Jyväskylän Nuoret ry. (Jyväskylän Setlementti ry, 2015.) Yhdistys pyrkii vastaamaan toimintaympäristönsä tarpeisiin. Toimintaan lukeutuu opintotoiminta, lapsi-, nuori- ja perhetyö, työllistämistoiminta, Seniori- ja vanhustyö ja arviointityö. (Jyväskylän strategia 2013–2015, 2013.)

Jyvälän setlementin pohjalla toimivat myös arvot. Perusarvoja setlementtityössä ovat seuraavat: arjen keskellä toimiva lähimmäisen rakkaus, yhteisöllisyys ja erilaisten ihmisten välinen yhteistyö. Toimintaa ohjaavia arvoja ovat yksilön oikeuden kunnioittaminen, erilaisuuden hyväksyminen sekä kaiken kattava tasa-arvoisuus, luottamus ihmisen ja yhteisön kykyyn ratkaista ongelmia itsenäisesti, paikallisuus, uskominen yhteyden ja ystävyyden mahdollisuuteen sekä sitoutua auttamaan toista ihmistä, joka on heikommassa tilanteessa. Setlementtiliiton yksi näkyvä lause onkin ”ihmisten keskellä, ihmisten kesken”. (Setlementtiliitto, 2015.)

Nuoruus ja vanhemmuus-hanke on Länsi- ja Sisä-Suomen Aluehallintoviraston rahoittama hanke. Se on jatkoa Nuoret vanhemmat- hankkeelle, jonka toiminta alkoi kesällä vuonna 2013, Pohjanmaan ELY-keskuksen tuella. Toiminta pohjautuu Setlementtiliiton sukupuolisensitiivisen kehittämälle tyttötyö-toimintatoimintamallille, jota sovelletaan Jyvässeudun tarpeille sopivaksi. Pääideana on tukea alle 25-vuotiaita nuorien vanhemmuuden kasvua. Toiminnan tavoitteena on kehittää toimintamalleja suunnattuna nuorille vanhemmille, joita voitaisiin jatkossa hyödyntää sosiaalipalvelujen, perheneuvoloiden ja Ensi- ja turvakodin kanssa yhteistyössä. Toiminta on vertaisryhmätoimintaa, jota tarjotaan niin nuorille äideille kuin myös nuorille isillekin. Toiminta on koettu hyväksi tavaksi, jolla voidaan niin lisätä nuorten vanhempien ennaltaehkäiseviä toimintamuotoja kuin sosiaalisia verkostojakin. Hanke tarjoaa ryhmätoimintaa sekä yksilötoimintaa. (Jyvälän Setlementti ry, 2015.) Nuoret äidit-toiminnasta kerrotaan enemmän luvussa 3.3.

3 VERTAISTUKI

Nykypäivänä on saatavilla vertaistukea oikeastaan mihin tahansa asiaan. Sen meille on mahdollistanut suurimmaksi osaksi internet. Netissä voit selailla sivustoja, lukea, etsiä tietoa ja liittyä erilaisiin keskusteluihin ja ryhmiin. Sosiaalisessa mediassa on paljon erilaisiin teemoihin linkittyneitä ryhmiä, joissa voidaan keskustella sekä hakea

ja antaa vertaistukea. Keskustelupalstoilla voit keskustella anonyymisti ja kertoa asioita, joita et välttämättä sanoisi tai kertoisi toiselle kasvotusten.

Vertaistukea voidaan määritellä erilaisilla tavoilla, riippuen painotuksesta. Kuitenkin yhteistä on, että se liittyy johonkin yhdistävään elämäntilanteeseen tai ongelmaan, se on vastavuoroista ja osapuolilla on siitä kokemusperäistä tietoa. Tarkoitus myös olisi, että ihmisillä on halu jakaa kokemuksiaan toisille. Vertaistuki voi saada aikaan voimaantumista tai muutosprosessin. Näin vertaistuellinen voi hahmottaa omat voimavaransa ja vahvuudet ja samalla ottaa omasta elämästään vastuun. (Huuskonen, 2014.)

Vertaistukea voi olla erilaisten organisaatioiden järjestämää toimintaa; järjestöt, yhteisöt sekä kolmas sektori ja ammattilais-taho yhdessä. Se voi olla myös ammattilais-taho sekä kansalaislähtöistä. Vertaistukea voidaan toteuttaa kahdenkeskeisesti, ryhmien avulla joissa toimii ohjaaja (ryhmäläinen, koulutettu vapaaehtoinen, ammattilainen) tai verkossa kahdenkeskeisesti tai ryhmässä. (Huuskonen, 2014.)

3.1 Vertaistukiryhmä

Vertaistukiryhmiä voivat järjestää monet erilaiset organisaatiot, kuten ylempänä on mainittu. Tukiryhmät voivat olla avoimia tai suljettuja. Vertaistukiryhmistä voidaan puhua myös nimellä vertaisryhmä. Ryhmissä voidaan toteuttaa erilaista toimintaa, kuten keskustelua, kahvittelua ja toiminnallista esimerkiksi askartelu.

”Vertaisryhmän muodostavat samassa elämäntilanteessa elävät tai samanlaisen kokemuksen omaavat ihmiset. Vertaistuella tarkoitetaan vertaisryhmän antamaa sosiaalista tukea jäsenilleen. Tuki voi olla tiedollista, emotinaalista tai käytännöllistä, joskus siihen voi sisältyä myös arvioiva näkökulma.” (Armanto & Koistinen 2007, 37.)

3.2 Hyvän ryhmän tunnusmerkit

Vertaistukiryhmässä, varsinkin suljetussa ryhmässä, on hyvä, että ryhmän jäsenet pystyvät luottamaan toisiinsa. Näin ryhmän jokainen jäsen voi tuntea itsensä arvokkaaksi ryhmän jäseneksi. Tärkeää on, että myös vertaistukiryhmässä vallitsee hyvä ilmapiiri, jotta jokainen voi olla oma itsensä ja kokea olevansa hyväksytty ryhmässä.

Hyvän ryhmän tunnusmerkkejä ovat luottamuksellisuus, sitoutuneisuus, luovuus, yhteistyönvoima, erilaisuuden näkeminen voimavarana ja ohjaajan näkeminen resursina. Näillä asioilla voidaan saada aikaiseksi toimiva ryhmä. (IQ FORM, 2015.) Jokaisessa ryhmässä, jossa on ennestään toisille tuntemattomia ihmisiä, olisi hyvä suorittaa ensimmäiseksi ryhmäyttäminen.

”Ryhmäyttämisellä tarkoitetaan ryhmän turvallisuuden lisäämistä toiminnallisten harjoitteiden avulla. Ryhmäharjoituksia tarvitaan ryhmän toiminnan kaikissa vaiheissa, jotta ryhmän nuoret pääsevät osallistumaan toimintaan tasavertaisesti ja jotta turvallisuus vahvistuu ja säilyy.” (Erkko & Annukkala 2013, 18.)

Turvallisen ryhmä luominen, jossa syntyy luottamus ryhmän jäsenten välille, on ryhmäyttämisen tarkoitus. Hyväksytyksi tuleminen ryhmässä luo turvallisuutta. Jos ryhmä on turvallinen, siinä tuetaan ja kannustetaan muita ryhmän jäseniä. Nuoren itsetunto ja sosiaaliset taidot vahvistuvat, jos hän saa turvallisen kokemuksen ryhmän jäsenenä olemisesta. Ohjaajalla on myös merkitystä ryhmässä, on tärkeää että ryhmä ja ohjaaja ovat hyvässä vuorovaikutuksessa. (mt. 2013, 17–18.)

Niin kuin ihminen myös ryhmä kehittyy vaiheittain. Ryhmän vaiheet ovat muodostumisvaihe, kuohuntavaihe, normien muodostumisvaihe, toteuttamisvaihe ja hyvästijättövaihe. Muodostumisvaiheessa ryhmän jäsenet miettivät omia tunteitaan ryhmässä ja aletaan pikku hiljaa tutustumaan toisiin ryhmän jäseniin. Tärkeää olisi ohjaajan lämmitellä ryhmää ja käydä läpi ryhmän omia käytäntöjä, sääntöjä ja sopimuksia. Kun ryhmä on ollut jonkin aikaa jo pystyssä alkaa kuohunta vaihe. Silloin uskalletaan kertoa omista mielipiteistään ja yhteenkuuluvuus ja rohkeus kasvavat ryhmässä. Tällöin myös voi tulla konflikteja, sillä ryhmän jäsenet hakevat valtaa ja tilaa itsellensä. Normien muodostumisvaiheessa ryhmä on päässyt yli kuohunta vaiheesta, joten yhteistyö ja avoimuus lisääntyvät, jonka seurauksena ryhmähenki alkaa muodostua. Tällöin myös alkaa muodostua selkeitä normeja toiminnalle. Toteuttamisvaiheessa

ryhmä työskentelee parhaiten, joten luovuus, tuottavuus ja vastuunotto nousevat vahvemmin esille. Tällöin ryhmässä voi tehdä virheitä ja luottamus on muita kohtaan voimakasta. Viimeisessä vaiheessa, hyvästijättövaihe, on ryhmän lopetusvaihe. Toisille on aika jättää hyvästit ja se saattaa herättää haikeutta, ahdistusta tai jopa kyllästymistä. (mt. 2013, 18.)

3.3 Nuorille äideille suunnattu vertaistuki

Uskoisin, että monet nuoret äidit hakevat tukea ja apua elämän muutokseen netistä erilaisilta sivuilta ja keskustelupalstoilta. Se on vaivatonta, maksutonta ja helppoa. Se on käytössäsi milloin vain ja sinun ei tarvitse näyttää itseäsi julkisesti. Nettineuvosivustolla terveydenhoitajaopiskelijat Henna Kirkkopelto ja Heidi Taponen kirjoittavat, että tänä päivänä vertaistukea tarjoavat nuorille äideille keskustelupalstat ja paikkakunnasta riippuen erilaiset kerhotoiminnot ja neuvolan järjestämät ryhmäkeskustelut (Kirkkopelto & Taponen, 2006).

Erilaisia nuorille äideille suunnattuja vertaistukitoimia toimii mielestäni aika kattavasti Suomessa. Esimerkiksi Tampereella toimii nuorille äideille suunnattu kahvila, joka pyörii kristillisen Itu-projektin avulla (Saarimaa, 2014). Samantapaista nuorille äideille suunnattua toimintaa löytyy myös Espoon (Espoon Tyttöjen Talo, 2015), Helsingin (Helsingin Tyttöjen Talo, 2015) Kuopion, (Kuopion Tyttöjen Talo, 2015), Oulun (Oulun Tyttöjen Talo, 2015), Tampereen (Tampereen Tyttöjen Talo, 2015) ja Turun (Turun Tyttöjen Talo, 2015) Tyttöjen taloilla.

Jyvälän Setlementti ry:n hankkeessa Nuoruus ja Vanhemmuus toteutetaan nuorien äitien- toimintaa. Se sisältää yksilöohjausta kuin myös ryhmämuotoista vertaistukea. Ryhmät on tarkoitettu nuorille äideille, jotka ovat alle 25-vuotiaita ja ovat raskaana tai synnyttäneitä. Ryhmät ovat luottamuksellisia ja niitä on kaksi, avoin ja suljettu. Ryhmien toiminta on äitien toiveista lähtöisin olevaa. (Jyvälän Setlementti ry, 2015.)

Avoin ryhmä (Nuorten äitien perjantaitapaamiset) kokoontuu kerran viikossa juttelemaan, kahvittelemaan ja näkemään muita nuoria äitejä. Toiminta on avointa eli läsnä ei tarvitse olla joka kerta, vaan silloin kun se itsellensä sopii. Ryhmään voi osallistua

jo synnyttäneenä tai raskaana olevana. Suljettu ryhmä (Mammaryhmä) on pienryhmä, joka kokoontuu myös kerran viikossa. Ryhmän jäsenet muodostuvat raskaana olevista äideistä tai jo synnyttäneistä, joilla on alle yksi vuotias lapsi. Ryhmä on suljettu, joten siihen sitoudutaan sen toimimisen ajaksi. Äidit voivat ryhmässä jakaa omia kokemuksiaan heidän samaan elämäntilanteeseen liittyen; äitiys, elämä sekä tulevaisuus. Molempia ryhmiä ohjaa äitityön ohjaaja Veera Tikkanen, jonka lisäksi hänellä on suljetussa ryhmässä työpari. (mt., 2015.)

4 OPINNÄYTETYÖN TUTKIMUS

Toteutin opinnäytetyön tutkimuksen laadullisena tutkimuksena. Laadullinen tutkimus tunnetaan myös nimellä kvalitatiivinen tutkimus. Sillä tarkoitetaan erilaisten tulkinnallisten tutkimuskäytäntöjen joukkoa. Sillä ei ole täysin omia metodeja, joita pitäisi käyttää tutkimuksessa. (Metsämuuronen 2006, 83.)

Laadullisessa tutkimuksessa lähtökohtana on kuvata todellista elämää ja tutkimuksen kohdetta pyritään tutkimaan mahdollisimman kokonaisvaltaisesti. Tarkoituksena olisi enemmän löytää tosiasioita, joilla ei kuitenkaan pyritä todentamaan (totuus)väittämiä. Tutkimuksessa olennaista on tutkittavien laatu kuin tutkittavien määrä. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2007, 156–157.)

Hirsjärvi, Remes ja Sajavaara ovat kirjoittaneet listan kvalitatiivisen tutkimuksen piirteistä.

1. Tutkimus on luonteeltaan kokonaisvaltaista tiedon hankintaa, ja aineisto kootaan luonnollisissa, todellisissa tilanteissa.
2. Suositetaan ihmisiä tiedonkeruun instrumenttina.
3. Käytetään induktiivista analyysia.
4. Laadullisten metodien käyttö aineiston hankinnassa.
5. Valitaan kohdejoukko tarkoituksenmukaisesti, ei satunnaisotoksen menetelmää käyttäen.
6. Tutkimussuunnitelma muotoutuu tutkimuksen edetessä.
7. Käsitellään tapauksia ainutlaatuisina ja tulkitaan aineistoa sen mukaisesti. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2007, 160.)

Näiden piirteiden mukaan tämän opinnäytetyön tutkimus on kvalitatiivinen. Haastattelutavat haastattelin heidän omissa kodeissa, joista saatiin tutkimuksen aineisto. Kaikki äidit olivat ihmisiä ja tutkimuksessa pyrittiin saamaan uutta, odottamatonta tietoa vastaajilta. Aineiston keräsin teemahaastattelulla yksilöhaastatteluina. Kohdejoukon valitsin tarkoituksenmukaisesti eli lähestyin juuri näitä nuoria äitejä. Lisäksi jokainen näistä äideistä on oma ainutlaatuinen yksilö ja aineistoa tulkitaan sen mukaisesti.

4.1 Tavoite, tarkoitus ja tutkimuskysymys

Ennen tutkimuksen aloitusta asetin tutkimukselle tavoitteet. Tavoitteet opinnäytetyön tutkimuksessa ovat seuraavat:

- ”Saada tietoa vertaistukiryhmän toiminnan merkityksestä, siinä olevilla ja mukana olleilla äideiltä
- Saada tietoa nuorien äitien jaksamisesta, tukiverkostoista, apujen ja palvelujen käytettävyydestä sekä oma näkemys äitiyden yhdistämisestä omaan ikään
- Saadun tiedon avulla viedä toimintaa eteenpäin, mahdollisesti perusteluja rahoitukselle, miksi toimintaa kannattaisi vielä jatkaa” (Toikkanen, 2015.)

Päättökysymyksenä toimii: millainen merkitys on vertaistukiryhmällä nuoren äidin elämässä?

Opinnäytetyön tutkimuksen tarkoituksena on selvittää nuorten äitien näkemyksiä vertaistukiryhmän merkityksestä. Näiden tietojen pohjalta voidaan mahdollisesti kehittää Nuoret äidit- toiminnassa vertaistukiryhmän toimintaa ja saada mahdollisesti perusteluja sille, miksi kyseistä toimintaa tulisi rahoittaa ja jatkaa. Toisin sanoen saada tutkimuksellista näyttöä siitä, että olisiko kyseiselle toiminnalle tarvitsevuutta.

Tutkimuksesta on myös hyötyä nuorisotyön toimialoihin. Vaikka tutkimuksessa onkin haastateltu päälle 20-vuotiaita äitejä, voidaan mielestäni tutkimustuloksia hyödyntää vielä nuoremmillekin äideille. Tutkimuksella saadaan tietoa nuorten äitien jaksamisesta, vertaistuen merkityksellisyydestä, tukiverkostoista ja erilaisten tahojen palvelujen käytettävyydestä. Tuloksien perusteella erilaiset nuorten kanssa työskentelevät toimialat voivat suunnitella omaa toimintaansa myös sen perusteella, että joukossa voi olla nuoria vanhempia tai vanhemmiksi tulevia nuoria. Mielestäni myös neuvolat hyötyvät saadusta tiedosta.

4.2 Tutkimusmenetelmät

Tutkimuksessa tutkimusmenetelmänä käytin teemahaastattelua. Teemahaastattelulla tarkoitetaan, että se on kohdennettu tiettyihin teemoihin (Hirsjärvi & Hurme, 47-48). Lisäksi, ilman erillistä tarkoitusta, käytin tutkimuksessa havainnointia. Havainnointia on tapahtunut itse haastatteluiden aikana sekä Nuorten äitien perjantaitapaamisissa.

Tutkimusmenetelmänä haastattelu on joustava ja sen avulla voidaan saada tarkennettuja vastauksia, koska vastaajan kanssa ollaan vuorovaikutuksessa. Lisäksi haastattelussa on helpompi motivoida vastaajaa vastaamaan juuri siltä mitä mieltä hän asiasta on. Lisäksi haastattelujen avulla voidaan saada juuri oikeaan, haluttuun asiaan, vastauksia, sillä haastattelija voi täsmentää vastauksia vastaajalta. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 34–36.)

Ennen haastattelurungon luomista ja haastateltavien ihmisten kysymistä mukaan tutkimukseen tutustuin aiempiin tehtyihin tutkimuksiin sekä tietoperustaan. Kartutin tietoperustaa monia artikkeleita lukemalla, erilaisista tietokirjallisuuden teoksista, mediaa seuraamalla, erilaisten radio-ohjelmien ja tv-ohjelmien kuuntelemista ja katsomista sekä omaa kokemuspohjaa käyttäen.

Haastatteluihin suunnittelin avuksi haastattelurungon (liite1), jota on mallinnettu Minna Kehlän (2009, 64–65) tekemästä haastattelurungosta. Haastattelut olivat teemahaastatteluja. Haastattelurunko teemoitettiin ja teemat olivat seuraavat; taustatiedot, raskaus & synnytys, äitiys, ikä, vertaistuki, isä, aika ennen lapsen syntymää ja ”oma elämä”. Koska haastattelun aihe olisi voinut olla jollekin vaikea tai arka, kerroin heille ennen haastattelua mahdollisuudesta jättää vastaamatta kysymykseen tai kysymyksiin, jotka tuntuvat epämukavilta. Lisäksi ennen haastattelua kerroin heille tiedoksi haastattelun teemat.

Haastattelin nuoria äitejä heidän omissa kodeissa heidän toiveidensa mukaisesti. Osalla äideistä lapset ja/tai lapsen isä saattoivat olla kotona samaan aikaan. Lasten sekä/tai lasten isien läsnäolo on omalta osaltaan saattanut vaikuttaa siihen, mitä äidit

ovat kysymyksiin vastanneet. Lisäksi lasten läsnäolo on omalta osaltaan vaikuttanut äitien keskittymiseen haastattelussa.

Haastattelut nauhoitin nauhurilla ja ennen analyysin tekoa litteroin haastattelut nauhoitetusta materiaalista. Hirsjärven ja Hurmen (2008, 75) mielestä haastattelujen tallentaminen jonkinlaiseen muotoon on pakollista. Litteroinnilla tarkoitetaan puhtaaksi kirjoittamista. Aineiston analysointia ei voi aloittaa, ennen kuin aineisto on saatu sellaiseen muotoon, mistä sitä voidaan alkaa analysoimaan. (Metsämuuronen 2006, 122.)

Tutkimuksessa haastateltavat nuoret äidit olivat Facebookin nuorille äideille suunnatusta ryhmästä, joka on suljettu ryhmä eli sinne täytyy lähettää liittymispyyntö ryhmän ylläpitäjälle. Ryhmä on tarkoitettu Jyväskylän nuorille äideille ja äideiksi tuleville naisille. Ryhmässä tiedotetaan Nuoruus ja vanhemmuus- hankkeen Nuoret äidit-toiminnasta. Kirjoitin ryhmään ilmoituksen, että olen tekemässä opinnäytetyötä vertaistuen merkityksellisyydestä nuorelle äidille ja ryhmästä vapaaehtoiset pystyivät ilmoittautumaan yksityisviestillä mukaan. Ilmoittautumisen jälkeen sovimme kunkin nuoren äidin kohdalla erikseen milloin ja missä nähdään. Haastattelut sovittiin heidän omien menojensa ja päivä rytmin mukaan. Samassa keskustelussa kerroin myös hieman enemmän lisää tutkimuksesta ja haastattelun toteutuksesta. Syy miksi kyseilin haastateltavat juuri tuosta kyseisestä ryhmästä, on yksinkertainen: se koostuu nuorista äideistä ja lisäksi heistä osa käyvät nuorille äideille tarkoitetuissa perjantai-tapaamisissa.

4.3 Aineistoanalyysi

Aineisto pohjautuu neljän (4) nuoren äidin antamaan haastatteluun. Haastatteluista saatiin kattavasti aineistoa, josta on karsittu ylimääräinen informaatio pois. Aineistoanalyysiin on kirjattu vain tutkimuksen kannalta oleellinen tieto. Seuraavaksi esittelen haastateltujen äitien taustatietoja.

Äiti A on 23 - vuotias nainen ja hänellä on reilun yhden (1) vuoden ikäiset kaksostytöt. Hän on avoliitossa ja asuu vuokralla omakotitalossa. Hänen oma perhetaustansa

on seuraava; äiti ja pikkuveli. Isä on kuollut, kun hän on ollut pieni eli on elänyt oman lapsuutensa yksinhuoltajaperheessä. Äiti A on suorittanut lukion ja opiskelee nyt yliopistossa kasvatustieteitä, jotka ovat nyt äitiyden myötä tauolla eli toimii kotiäitinä. Harrastuksiin hänelle kuuluu tanssi ja elämä pyörii paljon perheen kesken.

Äiti B on 23 - vuotias. Hänellä on yksi lapsi, alle kolme (3) vuotias poika. Hän on (avio)eronnut ja asuu yhdessä lapsen ja siskonsa kanssa vuokralla paritalossa. Äiti ja lapsen isä ovat eronneet, kun lapsi on ollut vuoden vanha. Omaan perheeseen kuuluu kaksi siskoa sekä äiti ja isä, jotka ovat eronneet. Hän on lukenut itsensä ylioppilaaksi ja opiskelee parhaillaan yliopistossa luokanopettajaksi, erityispedagogiikka sivuaineena, nyt neljättä (4) vuotta. Harrastuksiin kuuluu liikunta ja partio. Vapaa-aika menee muksun kanssa olemisessa ja opiskelussa. Äidillä on laaja ja hyvä kaveriverkosto sekä kaverit ovat hänelle tärkeitä. Vapaa-aikaa tulee vietettyä myös kavereiden kanssa ja on heidän kanssaan päivittäin tekemisissä, niin kasvotusten kuin netissäkin.

Äiti C on kohta 21- vuotias äiti. Hänellä on reilu vuoden ikäinen tyttö. Hän elää parisuhteessa, mutta tällä hetkellä on asumuserossa. Äiti asuu vuokralla kerrostalossa. Omaan perheeseen kuuluu äiti ja isä, jotka ovat eronneet, sekä isosisko, jonka kanssa hänellä on 18 vuotta ikäeroa. Hän on opiskellut sisustusartesaaniksi ja aloittanut opiskelut parturi-kampaajana, jotka ovat paussilla äitiyden takia. Vapaa-aika menee lapsen kanssa, joten omia harrastuksia ei ole, lapsi tulee aina mukana. Paikkakunnalla, missä hän asuu, kavereihin lukeutuu pääasiassa vain äitikaverit. Lapsuuden aikaiset kaverit asuvat ympäri Suomea, joten heidän kanssaan näkemistä tapahtuu harvakseltaan.

Äiti D on 22- vuotta vanha. Hänellä on alle vuoden ikäinen tyttövauva. Hän asuu yhdessä aviopuolisonsa kanssa kerrostalossa vuokralla. Omaan perheeseen kuuluu äiti ja isä sekä kaksi (2) isosiskoa ja yksi (1) pikkuveli. Hän on lukenut itsensä ylioppilaaksi ja opiskelee tällä hetkellä tekstiiliartesaaniksi. Opiskelut ovat tauolla äitiyden myötä. Harrastuksiin kuuluu keskiäikaan painottuvat käsityöt sekä vauvan kanssa vauvakerhoissa käyminen. Hän tapaa enimmäkseen äitikavereita, koulukavereita näkee harvemmin. Kerran kuukaudessa tapahtuvissa keskiäika-tapaamisissa hän näkee muita kavereitaan. Aikaa vietetään paljon vauvan kanssa.

Haastattelurunko oli teemoitettu, joten aineiston teemoittaminen oli selkeää. Aineisto on teemoitettu seuraavasti; lapsen haluaminen, raskaus ja synnytys, äitiys ja oma elämä, vertaistuki, ikä ja isä. Haastattelurunko oli laaja, mutta haastattelujen jälkeen huomasi, että muista asioistakin kysyminen antoi pohjaa vastauksien ymmärtämiselle.

Lapsen haluaminen

Kaikki äidit olivat halunneet lapsia joskus tulevaisuudessa. Kaikki kertoivat, että he olivat jutelleet asiasta miehensä kanssa. Kaksi äitiä kertoi, että lapsen saaminen oli suunnitteilla sitten vähän vanhempana ja kun on esimerkiksi vakituiset työpaikat molemmilla vanhemmilla. Yksi äiti oli sitä mieltä, että hän halusi nimenomaan nuorempana saada lapsia.

Kahden äidin raskaus oli suunniteltu tai tavallaan suunniteltu, mutta kahden äidin kohdalla raskaus ei ollut suunniteltu. Kuitenkin kaikki äidit olivat tehneet päätöksen lapsen pitämisestä ja syiksi mainittiin seuraavia asioita: oikea aika lapsen pitämiseen, hyvä parisuhde, toisella työpaikka, toista vaihtoehtoa ei edes mietitty ja tuntui oikealta ratkaisulta.

”no ei meillä tuntunut olevan mitään syytä, meillä on hyvä parisuhde ja toisella on työpaikka ja sillä lailla ettei oo mitään hätää” (Äiti D)

Raskaus ja synnytys

Äideiltä kysyttiin, kenelle he kertoivat ensimmäisenä raskaudesta. Kolme äitiä kertoi ensimmäisenä kertoneensa miehellensä ja sitten omalle äidille. Yksi äiti taas kertoi ensimmäisenä kertoneensa omalle äidillensä ja sitten miehelle. Kavereille ja sukulaisille kerrottiin heidän jälkeen. Kaikki äidit olivat kokeneet ja ymmärtäneet muiden suhtautumisen positiivisena ja kertoivat, että se vaikutti myös itseensä positiivisesti, kannustavasti ja rohkaisevasti. Kaksi äitiä myös mainitsi, että jos muiden suhtautuminen olisi ollut negatiivisempi, olisi se varmasti vaikuttanut myös itseensä ja tuonut esimerkiksi epävarmemman olon.

Ihanimmiksi asioiksi raskaudesta äidit mainitsivat vauvan liikkeiden tuntemisen, ei tarvinnut stressata painoasioista ja vauvan hikka tuntui hauskalta. He kaikki kokivat raskauden pääsääntöisesti neutraaliksi eli eivät poteneet esimerkiksi pahoinvointia. Kamalimmiksi asioiksi nimettiin loppuvaiheessa mahan kanssa oleminen, selkäkivut, mahan kanssa liikkuminen ja epätietoisuus tulevasta. Raskaana oleminen koettiin kivana asiana.

”Onhan se aika hieno tunne tietää kasvattavansa yhtä tai useampaa elämää” (Äiti A)

Kaikki kertoivat, että heillä oli tukiverkostoa raskauden aikana. Tukiverkoston lukeutui esimerkiksi oma mies, kaverit, perhe, oma äiti ja vertaiset. Äiti C kertoi, että he olivat muuttaneet lapsen isän työn perässä uudelle paikkakunnalle hänen ollessa raskaana viikolla 20. Uudella paikkakunnalla ei ollut tuttavias, kuin miehen kautta yksi sukulaisperhe, joiden kanssa ei ollut oltu tekemisessä. Kuitenkin hän oli tutustunut odotusaikana uusiin ystäviin, äiteihin ja heistä oli muodostunut 6-7 hengen äitiporukka, joka toimi isona tukiverkostona silloin ja edelleen tänä päivänä.

Äidiksi tuloon oli valmentauduttu tietoa etsimällä esimerkiksi netistä ja lukemalla esitteitä. Äiti A kertoi käyneensä monikkovalmennuksessa ja äiti C perhevalmennuksessa. Äiti A kertoi myös, että olivat miehensä kanssa lukeneet kirjan; Myla & Jon Kabat-Zinn – Jokapäiväiset ilonaiheet ja kertoi sen olevan antoisa sekä kertoi, että valmentautuminen tapahtuu enemmän vanhemmuuden aikana.

”Mua jännitti niin paljon, nii halus ottaa selvää asioista” (Äiti C)

Synnytys oli pääosin mennyt hyvin kaikilla, paitsi yhdellä äidillä. Hän kertoi, että vauva oli ollut perätilassa ja kääntämisen yritys ei ollut tuottanut tulosta. Synnytys aloitettiin kuitenkin alateitse, mutta lopulta päädyttiin kiireelliseen sektioon. Loppujen lopuksi ei kuitenkaan ollut ollut mitään vaaratilannetta missään vaiheessa sekä vauva oli ollut terve. Yksi äiti kertoi, että hänen kättilönsä ei ollut ollut mieleinen. Kättilö ei ollut kysynyt äidin mielipidettä esimerkiksi puudutuksiin. Kaikilla oli ollut mies mukana synnytyksessä.

Äitinä oleminen oli lähtenyt äideillä eri tavalla käyntiin. Äiti A kertoi sen lähteneen vauhdikkaasti, Äiti B kertoi, että hyvin, Äiti C kertoi lähteneen vaikeasti, koska vauva joutui synnytyksen jälkeen teho-osastolle.

”Ihan ko ois käyny kattoo vähän niinko jonkun toisen lasta että se ei tunnu niinko omalta ja sit ko se pääsi siihen osastolle vihdoinkin ja viimein ja sit mä olin jotenkin ihan pihalla et miten sen kanssa ollaan” (Äiti C)

Äitinä olo (äiti C) alkoi mennä paremmin, kun oli päästy kotiin, mutta vauvalle todettiin koliikki, joka oli äidin kertoman mukaan rankkaa. Hän puhui, että oli järkyttynyt, kun kukaan ei ollut kertonut asian toisesta puolesta, että äitinä oleminen ei heti ole ihanaa, vaan tunsin sen olevan tosi rankkaa ja tuskallista.

”Välillä ahisti enemmän ko oli kivaa” (Äiti C)

Äiti D kertoi, että aluksi tuntui hassulle ja mietti mitä pitää tehdä, mutta asiat alkoivat kuitenkin selvitä melko nopeasti. Synnytyksen jälkeinen tukiverkosto oli kaikilla äideillä samankaltainen kuin raskauden aikana. Tukiverkostoon kuului pääsääntöisesti oma mies, ystävät, perhe ja sukulaiset.

Äitiys

Äitejä pyydettiin kuvailemaan, millainen on hyvä äiti ja huono äiti sekä millaisena äitinä he pitävät itseään. Äiti A kertoi miettivän asiaa itsekin millainen on hyvä äiti. Hän päätyi kuitenkin lopputulokseen, että on tärkeää olla oma itsensä ja asioissa mennään lapsen tarpeet edelle ja ollaan läsnä heidän kanssaan. Hän pitää itseään kohutuullisen kärsivällisenä äitinä, joka pyrkii viettämään mahdollisimman paljon aikaa lasten kanssa. Hän toteaaakin loppuun:

”Aika vaikea kysymys ja riippuu tilanteesta, toisena hetkenä voi sanoa ihan eri asiat, kuin toisena hetkenä. Tässä oikeastaan enemmän kasvatetaan itseään kuin lapsiaan” (Äiti A)

Äiti B:n mielipide on seuraava:

”Hyvä äiti on semmonen joka välittää siitä lapsesta ja ei siinä tarvii mitenkään olla uhrautuvainen, kuuntelee, lapsilähtöisyys, vastaa sen tarpeisiin. Huono äiti on semmonen, joka ei vastaa lapsen tarpeisiin ja laittaa ittensä siinä kaiken edelle. Mä oon ihan tavallinen äiti.” (Äiti B)

Äiti C kertoi seuraavasti:

”Hyvä äiti on semmonen, että, että tota se osottaa lapselle rajat, joiden mukaan toimitaan ja et sit se rakastaa ja tota menee periaatteessa sen lapsen mukaan eikä ittensä mukaan et ne päivät suunnitellaan silleen lapsen mukaan eikä niinko oman mielen mukaan. En mä oikeen tiedä, tosi vaikee kuvailla mikä on hyvä äiti tai siis niin erilaiset äidit voi kuitenkin olla niinku hyviä äitejä. Huono äiti.. hmm.. kai se sit menee niin ääripäähän, et se ei välitä lapsesta tai lapsen tarpeista tai on just koko ajan jossain menossa. Tosi vaikee silleen kuvailla, ko jokainen tekee virheitä eikä nyt pienestä.. hirveen vaikee kuvailla sanoiksi mitä ajattelee pään sisällä.. laittaa ittensä aina edelle eikä huomioi lapsen tarpeita. Mmm.. kyllä mä oon mun mielestä ihan hyvä äiti, mutta totta kai sit jokaiselle on sitä kehitettävää, semmonen normaali äiti”.(Äiti C)

Äiti D kuvaili seuraavasti:

”No ainakin nyt tää, että nyt kaikki perustarpeet huomioon lapsella ja yritää olla, että vaikka itteään suututtaa ja ärsyttää, ettei pura sitä siihen vauvaan, ko ei se vauva kuitenkaan tahallaan tee mitään. No en mä nyt tiedä että huono äiti, mutta ei se olis se hyvä tapa reagoida asioihin. No kyllä tässä nyt ihan pärjätään, ihan hyvä varmasti.”(Äiti D)

Äideiltä kysyttiin, että mitä äitiys heille merkitsee:

”Itse kokis sen enemmänkin tehtävänä kuin roolina.” (Äiti A)

”No se on ehkä kaikista hienoin asia, minkä ihminen voi saavuttaa tai siis mulle se on ihan kaikki kaikessa” (Äiti C)

”No se on niinku semmonen yks identiteetin osa” (Äiti B)

”No se on ainakin jatkuvaa työtä vuorokauden ympäri, hetkeekään ei voi olla miettimättä, että onko sillä kaikki hyvin.” (Äiti D)

Äitiydessä raskaiksi asioiksi koettiin seuraavia asioita: ei ymmärrä mitä lapsi tarkoittaa ja on itse väsynyt, lapselle ei kelpaa mikään, virheiden teko, huomaa toimivansa epäjohdonmukaisesti, lapsi ei suostu syömään tai nukkumaan, omien hermojen koettelu, liiallinen kotona oleminen yksin ja kun lapsi on kipeänä. Parhaiksi asioiksi nimettiin seuraavia asioita: lapsen kehitys ja kasvu, ylpeyden tunne, lapsi antaa aamulla hymyn tai tulee halaamaan, saa jakaa elämän lasten ja koko perheen kanssa, huomaa, että on välillä tehnyt jotain oikein ja näkee, että lapsella on hauskaa, lapsen leikki ja oivallukset sekä yhteisöllisyys muiden äitien kanssa.

Vain yksi äiti koki, että joutunut uhraamaan lapsen myötä omaa vapaa-aikaansa. Muut äidit eivät koe, että olisivat joutuneet uhraamaan mitään ja äiti B toteaaakin, että joku muu voisi todeta, että hän olisi joutunut uhraamaan vapaa-aikaa. Äiti A tiivistääkin, että nyt eletään tätä elämän tilannetta.

”Mä ehkä koen sen silleen, et että tota, tai jos (lasta) ei olis niin ei mul kyl ois mitään fiksua niinku elämässäkään tai niinku et ei se niinku parempaan suuntaan ois mennyt ilman, että en mä koe että olisin joutuu uhraa tai luopuu.” (Äiti C)

Vain yksi äiti, äiti B, yhdisti tällä hetkellä opiskelun ja äitiyden. Hänen mukaansa se on onnistunut hyvin ja koulu on joutanut. Hänen oma äitinsä hoitaa lasta tarvittaessa. Kolmella muulla äidillä opiskelut olivat tauolla ja mietinnässä oli milloin opintoja jatketaan. Äiti D kertoi, että arjessa pärjätään niin, että hän tekee omia hommiaan silloin, kun lapsi nukkuu.

Kaikki neljä äitiä kokevat joistakin asioista syyllisyyttä. Syyllisyyttä koettiin esimerkiksi virheiden tekemisestä, hermojen menettämisestä, ajatuksista: mitä tekee väärin (Äiti C ja Koliikki), ei jaksa tehdä hienoja ruokia, hampaita ei saa pestyä kahta minuuttia, satukirjassa hyppii sisäsivuja, koska ei aina jaksa lukea ja jos ei itse jaksa lähteä pihalle sekä laittaa lapsenvahdiksi telkkarin.

Hyvät välit oman äidin kanssa tällä hetkellä oli kaikilla äideillä. Välit ovat olleet huommat kahden äidin kohdalla aiemmin. Kasvatusnäkemyksissä oli yhtäläisyyksiä

sekä eroavaisuuksia, mutta kuitenkin enemmän eroavaisuuksia. Kasvatustähtämyksiksi lueteltiin esimerkiksi vauvan rytmi, ruokailutottumukset, vaipat ja imetys.

Yhteiskunnan ja järjestöjen tarjoamia palveluita käytetään. Yhdessä perheessä on käynyt perhetyöntekijä ja kaikki ovat käyttäneet neuvolaa sekä terveyspalveluita. Lisäksi haastatteluista nousi lastensuojelu, Nuoret äidit-toiminta ja kansalaisopisto ja erilaiset järjestöjen, seurakunnan ja kaupungin tarjoamat kerhot.

Taloudellisessa pärjäämisessä oli eroavaisuuksia, osa koki saavansa tarpeeksi, osa liian vähän. Tällä hetkellä saatuja tukia olivat kotihoidontuki, asumistuki, lapsilisät, elatusmaksu, opintotuki ja äitiyspäiväraha. Äiti A kertoi, että tarvittaessa on lainattu rahaa omilta vanhemmilta. Äiti C kertoi, että välillä on pitänyt hakea toimeentulotukea sosiaalipalveluilta isompia hankintoja varten, esimerkiksi vaunut.

Vertaistuki

Haastateltavat äidit ovat käyttäneet erilaisia vertaistukimuotoja. Muodoiksi lueteltiin seuraavia asioita: Nuorten äitien perjantaitapaamiset, internet, ”itse muodostettu” äitiporukka, perhekerhot, facebookin ryhmät ja vauvakerhot. Äiti A, äiti C ja äiti D ovat käyneet Nuorten äitien perjantaitapaamisissa viime syksystä lähtien. Äiti B on nuorille äideille suunnatussa Facebook ryhmässä, mutta ei ole vielä kertaakaan käynyt Nuorten äitien perjantaitapaamisissa. Syyksi tähän hän kertoo sen, että ajankohta on heille huono. Vertaistukiryhmissä käydään lapsen kanssa.

Kaikki äidit ovat kokeneet, että ovat saaneet vertaistukiryhmistä/-ryhmästä apua. Heti ensimmäisenä nousee esille, että niistä on saatu ystäviä ja kavereita. Kahdella äidillä on toiminut internet apuvälineenä vertaistukeen hakeutumisessa, kaksi äiti oli huomannut Nuorten äitien perjantaitapaamisista ilmoituksen lehdestä ja päättänyt kokeilla.

Vertaistuki koetaan sanallisena tukena, mutta myös konkreettisena tukena. Apua ja tukea on saatu mihin asioihin tahansa. Vertaistukiryhmä antaa kivaa vaihtelua arkeen, uusia ystäviä, juttuseuraa, mahdollisuuden ajatusten vaihtoon sekä vastauksia

kysymyksiin, esimerkiksi vierailevat neuvolan tädit perjantai tapaamisessa. Apua on saatu niin kasvatusongelmiin kuin esimerkiksi konkreettiseen avun tarpeeseen.

”Jos vaan ite haluaa, niin kyl apua varmasti tänä päivänä jokane kyl saa et on tosi hyvin tänä päivänä tarjolla kaikkee.” (Äiti C)

Asioita mitä äidit voivat antaa muille vertaistuettaville on esimerkiksi jutteluseura, vinkkien anto, oman näkökulman esittäminen ja konkreettinen apu. Vertaistuki herättää äideissä positiivisia tunteita ja turvallisuuden tunteen sekä tunteen siitä, että on aina johonkin tervetullut.

”Mun mielestä on tosi hyvä keksintö” (Äiti C)

”Ihan vaan näkee muita, se on silleen tosi virkistävä juttu” (Äiti A)

Äiti C kertoi oman äitiporukan toiminnasta. Heillä voi käydä esimerkiksi niin, että jos kertoo toisille, että on huono päivä voi toinen äiti tulla kutsumatta kylään. Hän voi napata rätin kouraan ja pyyhkiä pölyt tai ottaa imurin ja imuroi ja keittää vielä kahvit molemmille ja istuu alas kuuntelemaan sekä juttelemaan.

Syiksi siihen, miksi vertaistukitoimintaan on kannattanut lähteä mukaan, kerrottiin seuraavia asioita: on saanut uusia tuttuja ja kavereita jopa ystäviä, voi olla muuallakin kuin vain kotona, saa vain jutella (viranomaisilta haettaessa apua, pitää olla ongelma), lapset näkevät muita lapsia ja saavat uusia kokemuksia. Vertaistukea suositellaan kaikille. Äiti C ja äiti D painottavat, että varsinkin heille, jotka ovat muuttaneet uudelle paikkakunnalle.

Vertaistukiryhmällä nähdään olevan myös merkitystä. Se nähdään arjessa jaksamisen keinona ja sosiaalisen piirin laajentumisena.

”Kyllä mä jotenkin tarviin sitä, sillo ko muutettiin tänne nii aluks oli tosi hankalaa, just ku ei ollu sellasta, totta kai puhelimen päässä oli omat vanhemmat ja ystävät, mutta ehkä se ei ollu niin semmosta konkreettista että voit istuu alas ja jutella jonkun kaa. On sillä tosi iso merkitys, et jaksaa arjessa. Kyl se on tosi tärkeätä.”(Äiti C)

Ikä

Äitejä pyydettiin määrittelemään mitä on aikuisuus.

”Aikuisuus on sitä, että sä pystyt vastaamaan ittestäs ja pystyt huolehti-
maan ittestäs. Ja onhan se ehkä se juridinen aikuisuus on se 18, mutta
henkilökohtaisesti se on aika muuttuva.” (Äiti B)

”Mun mielestä aikuisuus on sitä, että sä osaat ja huolehdit myös omista
asioista ja et jonkun ei tarvii sulle koko ajan toittotaa mitä pitää tehdä vaan
osaat tehdä itse. Mun mielestä aikuisuudelle ei oo mitään tiettyä ikää,
joillekin se tulee jo joskus 18- vuotiaana ja joillekin se saattaa tulla vasta
”kaksvitosenakin” et se on niinko tosi henkilökohtaista, millo jokainen sen
aikuisuuden kokee.” (Äiti C)

”No otetaan vastuu omasta elämästä ja hoidetaan kaikki asiat mitä pitää-
kin.” (Äiti D)

Kaikki äidit kokivat joillain tapaa olevansa aikuinen, ainakin välillä. Toki huomioiksi
nostettiin sekin, että oma kasvaminen on vaiheessa ja on vielä paljon opittavaa. Li-
säksi yksi äiti mainitsi, että joskus on jopa liian aikuinen, kun pitää huolehtia kaikkien
perheenjäsenten asiat.

Heiltä kyseltiin, että nouseeko heidän ikänsä äitinä olemisena joissakin tilanteissa
esiin. Kolme äiti kertoi, että ikä saattaa nousta esiin tilanteissa, kun tuntemattomat
kyselevät esimerkiksi kaupungilla. Syyksi tähän on esimerkiksi noussut se, että näyt-
tää nuoremalta kuin on, kun taas yksi äiti kertoi, ettei tilanteita ole, koska näyttää
ikäistään vanhemmalta. Kyseinen äiti kuvaili myös, että miten esimerkiksi vauvaker-
hoissa huomaa kuilun ”nuorten” ja ”vanhojen” äitien välillä.

Tilanteita ja asioita, jotka koettiin iloisiksi, että on nuorena lapsi, olivat pärjääminen
vähillä yöunilla, mahdollisuus lapsen tutustua isovanhempiin ja he jaksavat hoitaa,
koulu joustaa, jaksaminen, keho kestää paremmin, ei kiire opiskelujen jatkamisella ja
toipuu nopeasti. Tilanteita ja asioita, jotka koettiin surullisiksi, että on nuorena lapsi,
olivat lähteminen yllättäen jonnekin, taloudellinen puoli, sinkkumarkkinat ja oman
ajan saaminen ei ole niin helppoa, koska se vaatii järjestelyjä. Kaikki äidit olivat kui-
tenkin sitä mieltä, että nyt oli oikea aika saada lapsi.

Näkemys siitä, että mikä on sopiva ikä saada lapsia, oli kaikilla äideillä samankaltainen.

”Ei siihen oo sopivaa ikää, mun mielestä se riippuu tosi paljon ihmisestä. En mä tiä onko ikinä sopivaa hetkee niitä lapsia tehdä.” (Äiti C)

”En tiedä, voiko sanoa yhtä ikää, se riippuu yksilöstä ja hänen tai pariskunnan omasta elämäntilanteesta. Ei läheskään kaikki mun ikäiset oo valmiita samaan lapsia.” (Äiti A)

”Silloin kun itestä tuntuu. Jokainen ehkä ite tietää sen onko valmis vai ei, joku ei oo ehkä välttämättä ikinä.” (Äiti B)

”No se riippuu ihan ihmisestä ihan ittestään, mikä on sille sopiva.” (Äiti D)

Kukaan äideistä ei ollut kokenut huonoa kohtelua kaupungin palveluissa. Äiti B kertoo, että häntä palvelleet työntekijät ovat olleet ymmärtäviäisiä, kuuntelevaisia ja asiallisia. Hän myös mainitsee, että ehkä päihteiden käyttö voisi vaikuttaa siihen, että huomioitaisiin enemmän ikää. Äiti D:lle oli sanottu ultraäänikuvassa, että ”se on oikein hyvä ensisynnyttäjänikä”.

Lähipiirissä nuorena lapsen saaneita olivat lähinnä ne ihmiset, joihin oli tutustuttu erilaisissa vertaistukimuodoissa eli niin sanotut äitikaverit. Lisäksi esimerkiksi äiti C kertoi, että nyt hänen jälkeensä on lapsia saaneet myös yläkoulukaverit. Äidit eivät oikein osanneet vastata siihen, että suosittelisiko muille nuorena äidiksi ryhtymistä. Vastaus saattoi olla kyllä, mutta jatkettiin, että sen pitäisi sopia sen hetkiseen elämäntilanteeseen. Mutta asiaa ei kuitenkaan nähty esteenä.

”Oma elämä”

Kaikki kokivat saavansa apua, tukea ja neuvontaa jos sillä on tarvetta. Kohde saattoi vaihdella, toisella se oli oma äiti ja toisella neuvola. Väsymystä ovat kokeneet kaikki äidit ja kolmen äidin mielestä se on aaltoilevaa eli välillä on enemmän väsynyt ja välillä vähemmän väsynyt. Väsymyksen laatua myös määriteltiin, esimerkiksi äiti D kertoi välillä olevansa väsynyt henkisesti ja välillä olevansa väsynyt unen puutteen takia.

Arjessa pärjääminen koettiin sujuvan ihan hyvin. Äiti C kuitenkin lisäsi, että välillä on huonompia päiviä, milloin mistään ei tule mitään. Äiti A kokee pärjänneensä ihan hyvin ja oli samaa mieltä kuin äiti C. Äiti B kertoi, että lapsen kanssa otetaan yhdessä päiväunet, tehdään ruokaa ja siivoillaan, väsyttäväksi asiaksi nähtiin ainoastaan kiipeänä oleminen. Äiti D kertoi myös, että välillä on ärsytystä havaittavissa. Heistä kaikki myös kokivat saavansa itsellensä vapaa-aikaa ainakin jossain määrin. Äiti A oli esimerkiksi sitä mieltä, että saisi vielä enemmän, jos ottaisi, mutta näkee, että ei ole ollut kaipaustakaan sille.

Isä

Äidit kertoivat lapsen isien olevan mukana lapsen hoidossa ja arjessa. Äiti B ja hänen entinen aviopuoliso ovat sopineet yhteishuoltajuuden lapsesta. Äiti D kertoi myös, että isä auttaa kotitöissä ja hoitaa myös vauvaa yöllä, jos tarvetta. Kaikki isät olivat myös halunneet pitää lapsen. Poikkeavuutta löytyi siitä, kuinka kauan parit olivat olleet yhdessä ennen lapsen syntymää.

”Niillä on oma arki isän luona ja meillä on oma arki täällä.” (Äiti B)

”Se on täydellinen elämän kumppani ja isä näille.” (Äiti A)

Äiti A:n, äiti C:n ja äiti D:n mielestä lapsen saaminen oli vaikuttanut parisuhteessa siihen, että yhteistä kahden keskeistä aikaa on vähemmän tai sitä ei ole ollenkaan. Äiti B vastasi, että varmaan jotenkin vaikutti, mutta ei osaa sanoa miten (vielä silloin, kun olivat yhdessä.) Äiti B kertoi myös, ettei hänellä tällä hetkellä ole toista parisuhdetta ja välit lapsen isän kanssa ovat hyvät.

”Välillä ehkä kaipais sitä kahen keskeistä aikaa.” (Äiti A)

Isät olivat myös väsyneitä, välillä enemmän ja välillä vähemmän. Syy ei kuitenkaan välttämättä ollut lapsesta vaan esimerkiksi työstä tai omasta sairastumisesta. Isät olivat 24-27 ikävuoden väliltä. Osa heistä oli töissä ja osa opiskeli tai ei tehnyt mitään.

5 TULOKSET

Tässä luvussa esitellään tutkimuksessa saadut tulokset. Lisäksi pohditaan tulosten luotettavuutta sekä yleisestettävyyttä. Viimeiseksi kerrotaan tulosten hyödynnettävyydestä sekä jatkotutkimusehdotelmia.

5.1 Tulosten tarkastelu

Kun olin tehnyt haastattelut ja kirjoittanut aineistoanalyysin olin tyytyväinen vastauksiin. Haastatellut äidit olivat mielestäni hyvinkin erilaisista lähtökohdista päätyneet äideiksi eli heidän taustansa eivät vaikuttaneet millään tavalla heidän äitiyteen tai äidiksi tulemiseen. Sen huomasi esimerkiksi siitä, kun kyseltiin heidän itsensä ja oman äitinsä kasvatuskäsityksistä. Monet tekivät eritavalla, kuin oma äitinsä oli tehnyt, vaikka yleensä peilataan mallia äitinä olemisessa ja kasvatuksesta omasta äidistä.

Vaikka en havainnointia käyttänyt tarkoituksen mukaisena menetelmänä, tuli se pakosti käyttöön haastattelujen aikana. Ensimmäinen huomio, mihin kiinnitin huomiota oli haastattelun paikasta sopiminen. Kun sovimme haastattelujen ajankohtia äitien kanssa, tuli heiltä melkein ensimmäisenä ehdotus, että haastattelun voisi tulla tekemään heidän kotiinsa. Olin tästä hyvin yllättynyt, koska koetaan, että koti on yksityinen paikka. Voisi helposti luulla, että kun tulee tekemään haastattelua, tällaisesta mahdollisesti arastakin asiasta, paikka valinta olisi voinut olla jokin muu. Toki asiaan vaikutti varmasti myöskin se, että minun oli paljon helpompi mennä tavaroitteni kanssa heille, kuin se, että he lähtisivät lapsensa kanssa jonnekin muualle. Äideille koti on myös tuttu ja turvallinen ympäristö, joten voi tuntua helpommalta ja luontevalta kertoa elämästään siellä.

Kerroin luvussa 4.1 opinnäytetyön tutkimukselle asetetut tavoitteet. Niinpä tarkastelen tuloksia näiden tavoitteiden pohjalta.

”Saada tietoa vertaistukiryhmän toiminnan merkityksestä, siinä olevilla ja mukana olleilta äideiltä” (Toikkanen, 2015).

Haastattelujen kautta saatiin hyvin tietoa vertaistukiryhmän toiminnan merkityksestä. Tässä tutkimuksessa vertaistukiryhmällä painotettiin Nuoret äidit- toiminnan avointa vertaistukiryhmää. Otin mukaan aineistoanalyysiin ja tulosten tarkasteluun myös äiti B:n haastattelun, vaikkakin hän ei ollut vielä käynyt kertaakaan nuorten äitien perjantaitapaamisissa. Hän oli kuitenkin hyvin paljon mukana internetissä erilaisissa, mielestäni vertaistuen määritelmään sopivissa ryhmissä. Kaikki muut äidit olivat käyneet eri määrillä vertaistukiryhmässä viime syksystä asti. Mukana haastatteluissa ei ollut siis yhtään äitiä, joka olisi ollut joskus aiemmin toiminnassa mukana, mutta ei ole enää.

Saadun tiedon mukaan, nuorten äitien avoimen vertaistukiryhmällä (perjantaitapaamiset) on merkitystä. Odotin vastauksiksi ehkä vähän liiankin hienoa ja moniulotteista tekstiä, esimerkiksi voimaantumisen tunne. Mutta miksi vertaistukiryhmä koettiin tärkeäksi, olivat kuitenkin hyvin arkisia. Se koettiin merkityksellisesti, koska sieltä saa uusia kavereita, jopa ystäviä ja pääsee välillä pois kotoa neljän seinän sisältä.

”Äideille on erittäin tärkeää, että heillä on viikolla jotain suunniteltua tekemistä ja syy lähteä jonnekin” (Huotari & Karppinen 2011, 30).

Näin toteaa Huotari ja Karppinen tekemässään opinnäytetyössään. Vaikka kukaan haastatteluista äideistä ei todennut näin suoraan, voisi sen mielestäni lukea rivien välistä heidän antamistaan vastauksista. Jos kuitenkin ajatellaan, että tapaamiseen on kiva mennä, näkee muita ja saa jutella, niin uskon sillä olevan merkitystä ja painoarvoa elämässä.

Lasken vertaistukiryhmäksi myös erilaiset verkossa toimivat yhteisöt ja ryhmät. Facebookista löytyy julkisia sekä suljettuja ryhmiä erilaisiin aihealueisiin liittyen. Kaksi näistä äideistä kuului esimerkiksi oman lapsen syntymäkuukauden ryhmään esimerkiksi ”helmikuiset”. Keskusteluryhmät nähtiin aineiston perusteella helppona tapana jutella ja kysellä neuvoa.

”Keskusteluryhmissä haetaan seuraa, neuvoja ja tukea. Informaatioähkyn keskellä on helpointa heittää mielessä pyörivä kysymys palstalle, niin saa heti vastauksen toisilta äideiltä. Netissä voi esittää myös ”tyhmiä kysymyksiä”, joita ei kehdata kysyä omalta äidiltä, ystäviltä tai neuvolan työntekijöiltä.” (Juusola 2009, 109.)

Mielestäni netin välityksellä pystyvät saamaan apua myös ne ujoimmatkin äidit. Voisiko netissä toimia myös ryhmä, joka sisältäisi sekä äitejä että asiantuntijoita kysymys-vastaus palstan tyyppisesti? Näin ryhmässä olisi vertaisia, sitä olisi mahdollisesti helppo lähestyä, apua, tukea ja neuvontaa olisi heti saatavilla ja joukossa olisi myös asiantuntija, joka voisi antaa oman mielipiteensä tai vastauksen askarruttavaan pulmaan. Asiantuntijoiden läsnä ollessa ryhmässä voisi toki tuntea syyllisyyttä tai häpeää asiastaan, mutta voisiko asia olla helpompi esittää ruudun välityksellä kuin kasvatuksen?

Aineiston perusteella voidaan siis todeta, että vertaistukiryhmällä on merkitystä, mutta millainen se merkitys on, jäi hieman pimentoon. Onko sillä todella suuri merkitys vai pieni merkitys nuoren äidin elämässä? Yksi äiti toki kertoi, että vertaistuki on hänelle tärkeää eli voitaisiinko se sitten tulkita suureksi merkitykseksi.

Toinen asetettu tavoite oli seuraava:

”Saada tietoa nuorien äitien jaksamisesta, tukiverkostoista, apujen ja palveluiden käytettävyydestä sekä oma näkemys äitiyden yhdistämisestä omaan ikään” (Toikkanen, 2015).

Nuoret äidit jaksavat omasta mielestensä hyvin. Kaikilta nousi esille se, että ”nuorena jaksaa”, mikä kertoo mielestäni myös siitä, että he ovat laittaneet itsensä äitinä olemiseen täysillä mukaan. Asioissa mennään lapsi edellä, vaikka kuitenkin pystytään myöntämään, että välillä olisi kiva saada myös omaa aikaa joko yksin tai miehensä kanssa.

”Lapsen kanssa kotona olevalle vanhemmalle kannattaa järjestää päivittäin muutama tunti omaa aikaa, jolloin toinen ottaa lapsen täysin hoiviinsa. Kotivanhempi saa vapautua hetkeksi vastuusta, levätä tai tehdä omia juttujaan. Pienen lapsen hoitaminen vuorokauden ympäri on kovaa työtä.” (Juusola 2009, 200.)

Usein puhutaankin, että kotiäitinä oleminen on samantasoista, kuin töissä käyminen. Tämä pitää mielestäni täysin paikkaansa. Kotona olevalla vanhemmalla on vastuu lapsesta koko ajan, samalla pyörität kodin ja mahdollisesti autat vielä kaveriakin. Olisi siis hyvinkin tärkeää, että kotona oleva vanhempi, oli sitten isä tai äiti, saisi hetken vetäytyä omaan rauhaansa. Se voi olla mielestäni vain kotona olemista tai sitten harrastuksissa käymistä. Joku voi nauttia myös siitä, että pääsee käymään yksin ruoka-kaupassa tai kaupungilla. Vaikka joku saattaisikin sanoa, että en tarvitse omaa aikaa tai vastaavaa, olisi tilannetta mielestäni kuitenkin hyvä tarkkailla. Asian torjumisella voidaankin osoittaa toisella tavalla se, että tarvitsee juuri sitä asiaa. Esimerkiksi ”en tarvitse omaa aikaa” voikin olla viesti, että ”tarvitsen omaa aikaa”. Torjumisella halutaan todennäköisesti viestittää itselle se, että en saa nyt väsyä ja ottaa irti arjesta, koska sitten en olisi hyvä vanhempi. Asia on kuitenkin päinvastainen; jos vanhempi ei pidä huolta itsestään alkaa se myös heijastua vauvan tai lapsen hyvinvointiin.

”Eikä omasta ajankäytöstä tarvitse tuntea syyllisyyttä, sillä virkistyneistä vanhemmista hyötyy koko perhe” (Juvakka 2000, 15).

Vaikka nuorenakin jaksaa, ilmeni myös äideillä sekä iseilläkin väsymystä. Väsymystä määriteltiin johtuvaksi unen puutteesta tai henkisestä jaksamisesta. Unen puutteen syitä ovat esimerkiksi ylikierroksilla olevat aivot, kiire, stressi, uupumus sekä kehon erilaiset kivut ja kireys (Juusola 2009, 181).

”Nykyisin yksi keskeisin unettomuuden syy on se, että emme arvosta unta” (Juusola 2009, 182).

Olisi siis hyvinkin tärkeää, että äidit, niin nuoret kuin vanhatkin, arvostaisivat nukkumista. Tiskipöydällä olevat astiat kerkeää laittaa koneeseen aamullakin ja pyykkikone toimii myös huomenna. Vaikka nuori pärjäisikin lyhyillä yöunilla, olisi hyvä välillä saada nukkua hyvät ja pitkät yöunet. Nukkumisen tärkeyttä voisi verrata puhelimen akun lataamiseen. Nukkuessamme lataamme akkuja seuraavaan päivään. Jos latautuminen jää vajaaksi joka kerta, alkaa se vaikuttaa akun elinikään. Näin ollen äidille muodostuu helposti kestävä väsymys ja vireystaso alkaa laskea. Se voi mielestäni vaikuttaa jopa elämänlaatuun ja kaikki voi alkaa näyttämään synkältä ja mustalta.

Heillä kaikilla oli mielestäni hyvä tukiverkosto, ja monella siihen painottui synnytyksen jälkeen ne äitikaverit, joihin oli mahdollisesti tutustuttu esimerkiksi nuorten äitien perjantaitapaamisessa, oma-aloitteisesti tai facebookissa jonkin ryhmän välityksellä. Tukiverkostoon lukeutui myös omat vanhemmat tai oma äiti sekä sukulaiset. Kahdella äidillä esille nousi lapsen isä tärkeimmäksi tueksi, varsinkin synnytyksen jälkeen.

”Huippu tuki, paras tuki” (Äiti A)

”Se oli se eksä kaikista tärkein tuki” (Äiti B)

Lapsen hoitamisen ja perheen pyörittämisen keskellä on hyvä huomioida perheessä myös parisuhde. Kumppanuus on perheen tärkeä tukipilari. Vaikka aikaa kahdenkeskeiseen olemiseen olisikin vähän, olisi sitä hyvä ottaa jostakin. Olisi hyvä muistaa pitää äitiä myös naisena ja isää miehenä. Jos vanhemmuus menee liiaksi parisuhteen edelle, saatetaan toisia kutsua äidiksi ja isäksi. (Juvakka 2000, 14.) Haastatteluiden perustella voi sanoa, että kolmella parisuhteessa elävällä äidillä nousi ensimmäisenä asiana lapsen tulon myötä se, että kahden keskeistä aikaa ei ole tai sitä on vähän. Äiti C ”perusteli” sen sillä, että lapselle ei ole oikein ketään hoitajaa siksi aikaa, kun he viettäisivät kahdestaan aikaa. Toisaalta tämä on hyvin surullista, sillä parisuhdetta pitää samalla tavalla hoitaa kuin esimerkiksi kukkia. Välillä tarvitaan virkistystä, että jaksaa elämässä eteenpäin ja huomioidaan sekä ymmärretään oman kumppanin tärkeys.

”Parin kahdenkeskisen, molempien oman, perheen ja yhteisen ja työhön käytetyn ajan tulisi olla tasapainossa. Parisuhteen hoitamiseen kannattaa panostaa, sillä muuten vaikeudet saattavat kasaantua ja arjen hyvätkin kokemukset voivat jäädä huomaamatta.” (Juvakka 2000, 15.)

Yksi äiti oli eronnut miehensä kanssa, lapsen ollessa yhden vuoden vanha. Heillä oli kuitenkin yhteishuoltajuus lapsesta ja olivat muutenkin hyvissä väleissä. Kuitenkin voimme puhua toisaalta yksinhuoltaja äidistä vaikka papereissa saattaisi olla yhteishuoltajuus. Lapsi asuu säännöllisesti vain toisen huoltajan kanssa eli tässä tapauksessa äidin kanssa.

”Äidin ei tarvitse olla myös isä, sillä hän ei voi koskaan muuttua isäksi, eikä isä äidiksi. Miehen mallin lapsi saa omalta isältään tai joltakin muulta mieheltä.” (Juvakka 2000, 16.)

Äiti kertoi, että hänellä on miespuolisia kavereita, jotka leikkivät lapsen kanssa. Lisäksi lapsi tapaa mielestäni paljon isäänsä. Huolta siitä, että lapsi ei saisi miehen mallia, ei ole mielestäni havaittavissa. Eikä äiti sitä ilmaissutkaan. Tässäkin tilanteessa hän kertoi, että on pystynyt auttamaan ja olemaan tueksi sellaisille ystäville, jotka ovat myös kokeneet eron. Mielestäni onkin hyvin tärkeää, että kokemuksiaan saa jakaa, vaikka tilanteet voivatkin olla erilaisia.

Mainittiin myös asiasta, että on myös kiva puhua kavereille, joilla ei ole vielä omia lapsia, mutta sellaisen kanssa jolla on lapsia, on aivan erilaista keskustella. Ymmärrän, että silloin voi ihan vapaasti puhua koko ajan lapsen voinnista ja vaippa-asioista. Äiti B kommentoikin, että keskustelu on aivan eritasoista sellaisen kanssa jolla on lapsia, koska hän tietää mistä puhuu.

On tärkeää päästä puhumaan sekä asioista jotka mietityttävät tai painavat mieltä että myös asioista jotka ovat ilahduttaneet. Tutkimuksilla on osoitettu, että säännöllisillä yhteydenpidoilla ystäviin on ehkäisevää sekä lieventävää vaikutusta stressiin. Ystävät on tärkeä muistaa, vaikka perhe olisikin keskiössä. Ystävät pystyvät tuomaan asiaan erilaisen näkökulman ja auttavat näkemään tilanteen laajemmin. (Juusola 2009, 112.) Essi Juvakka painottaakin, että sosiaalinen verkosto on ensiarvoisen tärkeä tukija jokaiselle äidille, iästään riippumatta. Oma oloaan voi helpottaa, kun saa tietää ja kuulla, että toisillakin on välillä vaikeaa kotona. (Juvakka 2000, 13.) Tämä on ihan totta, toivotaan, että jokaisella on niitä ystäviä, joille puhua. Näillä kaikilla haastattelussa olleilla äideillä niitä onneksi oli, yksi tai useampi.

Kaikki äidit käyttävät palveluita ja tarjolla olevia apuja jollain tapaa. Mielestäni tämä osoittaa sen, että uskalletaan olla rohkeita siinä suhteessa, että pyydetään ja kysytään apua, kun sitä tarvitsee. Itselläni oli sellainen oletus, että nuori äiti ei uskalla välttämättä pyytää apua. Avun pyytämiseen voitaisiin kommentoida, että ”no huolehdi nyt omasta muksustasi, kun olet sen hankkinutkin”. Mielestäni oli kiva kuulla, kuinka äiti C kertoi avoimesti ja häpeilemättä, että heillä käy perhetyöntekijä. Muutenkin haastatelluista äideistä välittyi se viesti, että he olivat avoimia, rehellisiä ja sanoivat

rohkeasti oman mielipiteensä. Lisäksi uskallettiin pyytää taloudellista tukea myös läheisiltä tai sosiaalipalveluista, jos siihen oli tarvetta.

Oma näkemys omasta iästä ja äitiyden yhdistämisestä oli mielestäni hyvin aikuismainen, jos näin voidaan kuvailla. Se nähtiin tärkeänä tehtävänä ja jopa maailman hienoimpana asiana ja he pystyivät mielestäni olemaan ylpeitä omasta äitiydestään. Asiaa ei nähty millään tavalla ongelmana, että on nuori äiti, vaan otettiin enemmänkin asenne, että nyt mennään eteenpäin elämässä tällä tavalla.

”Tää hetki, tää tilanne.” (Äiti A)

”Tässä iässä on hyvä se, että kyllä sitä myöhemminkin ehtii.” (Äiti D)

Vaikka äitiys on saattanut muuttaa itseään ja omia toimintatapojaan ei sen annettu millään tavalla vaikuttaa itseensä negatiivisesti vaan ehkä enemmänkin positiivisesti. Kaikista äideistä myös huomasin, kuinka tärkeä lapsi on elämässä ja suuren rakkauten määrän lasta kohtaan.

Yhteenvedona tämän tavoitteen osalta voisi sanoa, että tutkimuksen avulla saatiin erittäin hyvin tietoa nuorten äitien jaksamisesta, tukiverkostoista, mielipiteitä äitiyden ja oman iän yhdistämisestä sekä apujen ja palveluiden käytettävyydestä. On puhuttu jonkin verran siitä, että onko yhteisöllisyys katoamassa nykypäivän yhteiskunnasta. Jos miettii äiti C:n kertomaa äitiporukkaa, niin sen perusteella ei ole. Miten hienoa ja tunteita herättävää lähimmäisenrakkaus toimintaa heillä onkaan. Mahtava tukiverkosto, josta hyötyvät kaikki osapuolet.

Kolmanneksi asetettu tavoite oli seuraava:

”Saadun tiedon avulla viedä toimintaa eteenpäin, mahdollisesti perusteluja rahoitukselle, miksi toimintaa kannattaisi vielä jatkaa.”(Toikkanen, 2015)

Mielestäni haastattelujen pohjalta ei nouse mitään syytä sille, miksi tätä toimintaa ei kannattaisi jatkaa. Päinvastoin, vertaistukiryhmä nähtiin merkityksellisenä asiana ja

jos mielestäni yksikin sanoo sen suoraan, ”tämä on tärkeää minun elämässä”, on toiminnalle jatkamiselle riittävä perustelu. Jokainen, joka ei ole edes äiti, voi sanoa, että on tärkeää päästä välillä pois omasta kodista neljän seinän sisältä tuulettumaan. Ihmiset ovat mielestäni laumaeläimiä, me tarvitsemme sosiaalista kanssakäymistä. Tosin taso, tarvitseeko sitä enemmän vai vähemmän voi vaihdella. On myös ihmisiä jotka viettävät aikaa mieluiten itsekseen.

Kävin vierailemassa pari kertaa Nuorten äitien perjantaitapaamisissa. Siellä ollessani huomasin, että äideillä on halu ja tarve jutella omista asioistaan. He kaikki ovat niin sanotusti samassa veneessä ja sain kuvan siitä, että omista asioista pystyi puhumaan avoimesti ja luottamuksella. Osalla heistä oli jopa samanlainen elämäntilanne muiltakin osin, joten ymmärrystä ja vertaistukea saatiin muissakin asioissa, kuin vain siinä, että on nuori äiti. Mielestäni he pystyivät keskustelemaan myös hyvin arkaluonteisistakin asioista, mitä ei välttämättä (ihmisen luonteesta riippuen) tulisi kerrotua kenelle tahansa.

Pääkysymyksenä tutkimuksessa on ”millainen merkitys vertaistukiryhmällä on nuoren äidin elämässä”. Vastaus kysymykseen saatiin osittain. Saatiin vastaus, että sillä on merkitystä, mutta kuten jo aiemmin mainitsin, ei saatu vastausta siihen, millainen se merkitys on. Tutkimuksen aineisto vastaa siis osittain esitettyyn päätutkimuskysymykseen.

Jos tulokset vastaavat tavoitteisiin, voidaan sanoa, että tavoitteet on saavutettu. Ensimmäiseen tavoitteeseen saatiin osittain vastauksia. Toiseen tavoitteeseen saatiin hyvin aineistoa, josta selviää lueteltuihin asioihin vastauksia. Aineiston avulla saatiin myös perusteluja toiminnan jatkamiselle, mikä oli asetettu kolmanneksi tavoitteeksi.

5.2 Tulosten luottamuksellisuus ja yleistettävyyys

Haastatteluaineiston laadullisuus määrittää sen luottamuksellisuutta. Esimerkiksi luotettavaa aineistoa ei ole sellainen, jos tallenteen kuuluvuus ei ole hyvä. Luotettavuuteen liittyy myös monia muita seikkoja. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 185.)

Luotettavuutta voidaan selittää ja arvioida monilla tavoilla. Esimerkiksi tutkimuksessa kerrotaan tarkasti kaikki vaiheet mitä on tehty, kerrotaan aineiston tuottamisen olosuhteet sekä niiden aikana mahdolliset olevat häiriötekijät ja virhetulkinnat sekä luokittelu. (Hirsjärvi & Remes & Sajavaara 2007, 227.) Tässä opinnäytetyössä olen kertonut tarkasti mistä haastateltavat on saatu, mitä on missäkin vaiheessa tehty ja millaisia mahdollisia häiriötekijöitä haastatteluissa on voinut olla. Aineisto on luokiteltu eli teemoitettu.

Näen, että tulokset ovat luotettavia. Aika hyvin voi sanoa ihmisestä, vaikka hänet tapaa ja näkee ensi kertaa, että valehtelee hän vai ei. Haastattelut toteutettiin heidän kodissaan, keskellä tavallista arkea. Toki on mahdollisuus, että joitakin asioita on liioiteltu tai vähätelty. Suoritin litteroinnin heti haastattelun jälkeen. Kaikki haastattelut ja litteroinnit tehtiin samalla tavalla.

Haastatteluun osallistui neljä nuorta äitiä ja tulokset pohjautuvat heidän antamiinsa haastatteluihin. Tuloksia ei voi toisaalta yleistää, koska otanta on hyvin pieni, mutta toisaalta kaikkien vastaukset ovat hyvin samankaltaisia. On siis mahdollisuus, että on vielä lisää nuoria äitejä, jotka ajattelevat samalla tavalla, kuin nämä tutkimukseen osallistuneet nuoret äidit.

Kati-Maria Lautamäen, Riikka Oksasen ja Noora Rantasen opinnäytetyössä Ryhmämuotoisen vertaistuen merkitys nuorille äideille, kirjallisuuskatsaus tutkitaan vertaistuen merkitystä nuorelle äideille. Tuloksissa selviää samoja asioita, kuin tässä opinnäytetyössä tehdyssä tutkimuksessa; vertaistuki auttaa jaksamaan, se koetaan mielekkääksi osaksi arkea eli on mukava lähteä kotoa pois sekä siellä voi jutella. (Lautamäki & Oksanen & Rantanen 2013, 29.) Myös Henna Lepistön tekemästä opinnäytetyön tuloksista selviää samoja asioita kuin Lautamäen, Oksasen ja Rantasen opinnäytetyössä. Lisäksi vertaistukitoiminnan kautta on saatu uusia kavereita. (Lepistö 2013, 23–24.)

5.3 Tulosten hyödynnettävyys ja jatkotutkimuksien ehdotelmat

Uskon, että nuorien äitien suunnitellut raskaudet tulevat todennäköisesti yleistymään, koska tällä hetkellä työllistyminen on heikkoa. Miksi sitten ei käyttäisi sitä aikaa, kun on työttömänä, perheen perustamiseen? Toki, kannattaa ennen sitä pohtia oma elämäntilanne ja onko parisuhde siinä pisteessä, että molemmat pystyvät ottamaan vastuun lapsesta täydellisesti.

Opinnäytetyön tutkimus antaa nuorisosalalle uutta tietoa, missä osan nuorten kanssa mennään tänä päivänä ja millaista tukea ja apua heille voidaan tarjota. Lisäksi se voi aukaista silmiä asialle, että myös yli 20-vuotias on nuori, joka voi olla täysin yksin omien asioiden ja ajatusten kanssa. Myös heidät tulisi huomioida nuorisotyön toiminnassa sekä yhteiskunnassamme.

Lukemalla muita samasta aiheesta tehtyjä päättötöitä tein huomion eräästä asiasta; alle 18-vuotiaat äidit olivat saaneet esimerkiksi huonoa kohtelua neuvolassa, kun taas yli 18-vuotiaat äidit eivät niinkään. Onko siis jonkinasteinen käsitys siitä, että alle 18-vuotias on vielä niin nuori, ettei hänellä olisi mahdollisuuksia selvittää äitinsä olosta ja yli 18-vuotiailla se voidaan nähdä jopa itsestään selvyytenä? Mikä kuilu on näiden kahden ”ikäryhmän” välillä? (Hannonen 2003, 38.) On tehty paljon erilaisia tutkimuksia vertailemalla nuoria ja vanhoja äitejä, mutta tässä olisi yksi jatkotutkimusaihe; pitääkö paikkaansa, että alle 18-vuotiaisiin äiteihin ja yli 18-vuotiaisiin äiteihin suhtaudutaan eri tavalla ja onko jokin kuilu heidän välillään?

Toinen mielenkiinnon herättänyt huomio on se, että miten lapsi kokee sen, että vanhempansa on nuori äiti tai vanha äiti. Näkevätkö lapset tilanteen eri tavalla, vertaillaanko yleensäkin, että kenellä on nuorin äiti ja kenellä vanhin äiti ja onko sillä jotain merkitystä. Itse ainakin muistan, kuinka omat kaverit kommentoivat silloin lapsena, että onpa minulla nuori äiti. Silloin koin asian ehkäpä jotenkin hävettävänä, koska muiden vanhemmat olivatkin vanhempia äitejä ja isejä.

Nuorista äideistä on siis jonkin verran tehty tutkimuksia ja niistä saatu hyödyllistä tietoa. Myös tämä opinnäytetyön tutkimus on hyödynnettävissä. Opinnäytetyötä voidaan hyödyntää Nuoruus ja vanhemmuus- hankkeen nuorten äitien toiminnassa ja on lisäksi perusteluna rahoittajalle. Lisäksi tutkimuksesta voivat hyötyä muut eri nuorten kanssa toimivat organisaatiot ja esimerkiksi äitiysneuvola.

6 POHDINTA

Tämä luku sisältää pohdintaa opinnäytetyöstäni. Luvussa 6.1 kerrotaan opinnäytetyön onnistumisesta ja arvioidaan sitä. Tilaajan arviointi löytyy luvusta 6.2. Yleistä pohdintaa ja teoria osuudessa esitettyihin kysymyksiin vastauksia on luvussa 6.3.

6.1 Opinnäytetyön onnistumisen arviointia

Opinnäytetyö onnistui mielestäni hyvin. Vaikka se ei vastannutkaan mielestäni ihan täysin tutkimuskysymykseen antoi se paljon tietoa nuorien äitien hyvinvoinnista ja elämästä. Myös opinnäytetyö muutti ehkä hieman omia käsityksiäni, mutta olen silti vahvasti sitä mieltä, että nuoret äidit voivat olla myös hyviä äitejä sekä he voivat pärjätä elämässään. Jollekin nuorelle äidille (miksei vanhemmallekin) voi olla elämän ”pelastus” se, että saa lapsen. Se varmasti antaa merkityksen omaan elämään ja siinä kiinni pitämiseen.

Tulokset olivat mielestäni hyvin mielenkiintoisia ja olenkin osittain yllättynyt niihin. Oletin, että äidit olisivat kärjistetysti todella väsyneitä, eristäytyneitä ja yksinäisiä. Vaikka siis he kertoivat olevansa väsyneitä, ei se mielestäni kuulostanut ylitsepääsemättömältä väsymykseltä. He eivät myöskään olleet eristäytyneitä tai yksinäisiäkään. Toisaalta se voi johtua myös siitä, että he ovat luonteeltaan sosiaalisia eli tehdään itse töitä siihen, että on sosiaalista elämää ja apua uskalletaan pyytää, kun sitä tarvitaan. Oli hienoa huomata itsestä, että se pieni huoli nuorien äitien jaksamisesta sai väistyä, kun haastattelut oli tehty. Osa äideistä oli selvinnyt ja päässyt yli vaikeistakin asioista. Uskon, että ne ovat antaneet heille vahvuutta elämään.

Jos nyt tekisin jotain toisin, voisin miettiä haastattelurunkoa vielä uudelleen. En tekisi siitä niin laajaa ja tekisin vielä enemmän täsmennyksiä haastattelutilanteessa, myös harjoitushaastattelu olisi ollut hyvä tehdä. En kuitenkaan koe, että haastattelut olisivat epäonnistuneet. Pari äitiä sanoi suoraan, että haluaa osallistua siksi, koska se tuo

vähän sisältöä päivään. Näin ollen he saivat käyttää aikaa siihen, että saivat kertoa ja puhua niin paljon kuin halusivat, ilman, että vastapuoli olisi alkanut kyllästyä vaippapuheisiin. Olisi myös ollut kiva saada haastateltavaksi äiti, joka on ollut mukana toiminnassa, mutta ei ole enää. Hänellä olisi ollut silloin ehkä enemmän vertailupohjaa sille, että millainen vertaistukiryhmän merkitys on todella ollut.

Teoreettinen viitekehys oli hieman hankala. Vaikka avainsanat ovat hyvin yksinkertaisia, oli niistä aika hankala löytää tietoa tai sitä ei ollut paljon. Lainasin monia kirjoja, joista ajattelin saavani hyvää tietopohjaa, mutta toisin kävi. Lähteeni ovat paljon verkosta löydettyjä, mikä madaltaa toisaalta niiden luotettavuutta, mutta mietin lähteitä kuitenkin hyvin kriittisesti. Pyrin siihen, että löytäisin mahdollisemman luotettavia verkkolähteitä. Toisaalta, tämä aihe pyörii hyvin paljon verkossa, joten loogistakin on, että sieltä tieto löytyy.

Erityisen tyytyväinen olen siitä, että olen saanut tavata näitä nuoria äitejä ja haastatella heitä. Olen heille hyvin kiitollinen, sillä ilman heidän osallistumistaan, ei olisi minulla tämän opinnäytetyön tutkimustakaan. Vaikka haastatteluissa olisinkin nyt toiminut ehkä toisin, olen niihin kuitenkin tyytyväinen. Äitien avoimuus, rehellisyys ja aitous lämmittävät mieltäni vieläkin.

Opinnäytetyön prosessi ei ole aina mennyt niin kuin toivoisi. Saattoi ajatella, että tänään kirjoitan, mutta loppujen lopuksi ei saanut mitään aikaiseksi. Tämä toi taas itselle turhautumista ja ärtymistä. Vaikka aihe onkin ollut kiinnostava ja mielenkiintoinen, oli motivaatio välillä hakusessa. Välillä tuntui, ettei halunnut avata koko opinnäytetyön tiedosta koneelle. Alkoi kyllästyä omaan kirjoittamaan tekstiin, kun sen oli lue-
nut jo monia kertoja. Kuitenkin, nyt tässä vaiheessa, kun kirjoitan pohdintaa, olen todella iloinen siitä, että miten opinnäytetyö onnistui. Pysyttiin aikataulussa sekä aina tielle tulevat ongelmat saatiin ratkaistua.

6.2 Tilaajan arviointi

Opinnäytetyön tuloksena tilaajan näkökulmasta hyötyjä tulee niin välittömästi kuin välillisesti. Välittömiä hyötyjä opinnäytteestä saavat haastateltavat äidit, sillä haastat-

telu sinänsä voi olla äidille voimauttava kokemus kun saa kertoa oman näkökulman tärkeästä aiheesta, asiasta kiinnostuneelle ihmiselle. Välillisesti hyötyjä saavutetaan kun ohjaajan ymmärrys aiheesta lisääntyy. Opinnäytetyön teoria jäsentää jo entuudestaankin tuttua tietoa sekä tuo uutta näkökulmaa ja teoria pohjaa työn tueksi ja perusteluksi. Äitien näkökulmat ovat arvokasta tietoa vertaistuen merkityksestä sekä kokemuspohjan ymmärryksestä. Ohjaajana on tärkeää saada äitien palautetta työn kehittämiseen. Palaute on opinnäytetyön kautta kerättynä laajempaa kuin työn ohessa saatu palaute. Lisäksi ulkopuolinen haastattelija voi taata luotettavamman ja rehellisemmän ulosannin äideiltä kuin mitä ohjaaja itse voisi suoraan kysyttynä kerätä. Palautteita voidaan jatkossa hyödyntää myös uusien, vasta tutustumassa olevien äitien kanssa. Palautteista olisi mahdollista toimittaa äideille ns "sisäänheitto-opas", johon voitaisiin koota äitien jakamia ajatuksia ja näin houkutella mukaan uusia äitejä. Opinnäytetyössä on myös paljon hyvää pohdintaa siitä, että mitä äidiksi tuleminen tarkoittaa, joten opinnäytetyöstä voitaisiin tehdä nuorille äideille myös opas, joka voisi auttaa uuteen rooliin sopeutumisessa. Lisäksi opinnäytetyön suunnittelussa käydyt keskustelut ovat olleet antoisia ja herättäneet ajatuksia. Opinnäytettä voidaan jatkossa hyödyntää myös raportoidessa työn tuloksia rahoittajalle. Opinnäytetyöstä voi olla myös hyötyä myös uusien hankkeiden suunnittelussa.

Palautetta yhteistyöstä Sinille: Aito kiinnostuksesi aihetta kohtaan on selkeästi havaittavissa alusta saakka, joten on ollut erittäin mielekasta tehdä yhteistyötä! Työ on edennyt sovitussa tahdissa ja viestintä on ollut läpi kevään sujuvaa. Käydyissä keskusteluissa on huomattavaa myös että tietosi sekä ymmärrys aiheesta on lisääntynyt. Olet ollut aktiivinen, avoin ja vastaanottanut äitien viestit ymmärryksellä. Kiitos!

Veera Tikkanen

Nuoruus ja vanhemmuus-hanke, äitityön ohjaaja

26.4.2015

6.3 Pohdintaa opinnäytetyöstä

Ajattelen, että ovathan kaikki äiditkin, iästään huolimatta, samassa tilanteessa, varsinkin ensisynnyttäjät. Näen, että niin vanhat kuin nuoret äidit voivat kokea ensim-

mäistä kertaa äidiksi tulon aivan samalla tavalla. Nuori äiti voi miettiä aluksi, että kun opiskelut jäävät kesken ja miten pärjää taloudellisesti, kun taas vanhemmat äidit voivat miettiä uraputken keskeytymistä.

Olen heitellyt opinnäytetyössäni aina väliin kysymyksiä joita olen itse pohtinut. Joihinkin olen saanut etsittyä ”tieteellisen vastauksen”, mutta osa on oikeastaan kysymyksiä, joihin on monta erilaista vastausta tai ne ovatkin enemmän mielipideasioita. Pyrin seuraavaksi vastaamaan aiempiin esittämiini kysymyksiin.

Johdannossa heitin kysymyksen, että mihin media pyrkii nuorien äitien mainostamisella. Toivon, että se pyrkii luomaan positiivista kuvaa nuorista äideistä tai erilaisista äideistä. Toisin sanoen vaikka olisikin stereotypioista poikkeava äiti, hän voi taata hyvän ja turvallisen kasvuympäristön omalle lapselle. Oikeastaan negatiivisen sävytteisellä viestillä emme saavuta mitään, pahennamme oikeastaan tilannetta ja luomme turhia paineita yhteiskuntamme naisille. Joku voi pitää asiaa outona ja on oikeutettu omaan mielipiteensä, mutta jos lähdet omalla mielipiteellä manipuloimaan muita, on toimintatapa väärä.

Nuorena äidiksi tulo voi tuntua hyvin hämmästyttävältä. Se on aivan erilainen kokemus, kuin esimerkiksi muilla samassa kaveripiirissä olevien sen hetkiset kokemukset. Todennäköisesti se tuottaa alussa hämmennystä ja ehkä jopa pelkoa. Jos on ensimmäinen, joka saa kaveripiirissä nuorena lapsen, miettii varmasti sitä, että kuinka siitä kertoo kavereilleen. Haluaisit heiltä hyväksyntää ja rohkaisua, mutta kun vastassa voikin olla torjuminen ja hylkääminen. Todennäköisesti he ajattelevat, että toinen ihminen muuttuu silloin niin paljon, että hänen kanssaan ei olla enää samalla aaltopituudella. Vanhemmille kertominen voi myöskin jännittää, jos omien vanhempien arvopohja sekä ajatusmaailma onkin hyvin erilainen kuin itsellä.

Jokainen, joka nuorena raskaaksi tulee, ei saisi ajatella asiaa niin, että nyt on nuoruus pilattu, tuhottu tai hukattu. Eihän se sitä tarkoita. En väitä, etteikö lapsen saaminen omaa elämää muuttaisi, mutta eihän se tarkoita automaattisesti sitä, että olet epäonnistunut ihmisenä. Nuorena äidiksi tulleen polku on vain erilainen, kuin sellaisen, joka ei tule nuorena raskaaksi. Polku voi olla kivikkoinen ja välillä ahdistava ja

raskas, mutta se ei tarkoita sitä, etteikö siitä selviäisi. Elämä ei ole silloin todellakaan pilalla, vaan ehkäpä kuitenkin ainutlaatuinen ja erilainen ja myöskin hyvä.

Voiko nuoren kehitystehtävät jäädä suorittamatta? Tähän ei oikeastaan ole suoraa ja yksiselitteistä vastausta. Toisaalta, voi olla, että kehitystehtävät suoritetaan esimerkiksi raskauden aikana eli todella nopeassa ajassa. Ajattelen, että kehitystehtävien ratkaiseminen johtuu paljolti itsestä ja omasta asenteesta. Jos ajatus äidiksi tulosta on koko ajan kurja ja huono, todennäköisesti kehitystehtävät voivat jäädä ratkaisematta. Toisaalta taas, jos ajatus äidiksi tulosta pelottaa, mutta on kuitenkin positiivinen, voi olla että kaikki kehitystehtävät saadaankin ratkaistua, jopa nopeassakin ajassa.

Mitä äitiys vaatii? Täydellisen elämän muutoksen? Ei mielestäni. Toki, kuten tutkimuksen tuloksetkin meille osoittavat sen, että elämä muuttuu, mutta kuitenkin siellä takana on aina se oma itse. Äitiys ei vaadi sitä, että sinulla on design divaanisohva tai Vallilan verhoja. Äitiys ei ole materiaa, se on enemmänkin oman itsen henkistä kasvua, ajatuksia, tunteita, päätöksiä ja asenteita. Vaikka elämä muuttuukin, ei elämä saisi liikaa muuttaa sinua itseäsi ihmisenä.

Äitiys on jo siis itsessään iso ja henkilökohtainen asia. Siihen vaikuttavat hyvin paljon monet seikat ja monet kokevat äitiyden voimakkaana roolina itsellään. Kun soppaan lisätään vielä nuoruus, saadaan ehkäpä monimutkaisempi resepti aikaiseksi. Joka tapauksessa, vaikka se olisikin monimutkainen ja vaikea, voi loppu tulos olla hyvä ja kannattava. Apua ja tukea kyllä saa.

Vertaistukiryhmällä voidaan nähdä olevan merkitystä nuoren äidin elämässä. Se voi olla yksi tukipilari ja apu omassa arjessa ja jaksamisessa. Se voi myös olla ”väline” jolla voi saada uusia kavereita ympärilleen. Tärkeää on, että tuntee olevansa tervetullut jonnekin, missä voit vapaasti puhua omasta elämästäsi sen verran minkä tahdot ja päästä itse välillä pois kotoa. Nuoruus ja vanhemmuus- hankkeen äititoiminta on siis yksi hyvä tukimuoto nuorille äideille ilman ongelmälähtöisyyttä.

Esitän yhden kysymyksen jo heti opinnäytetyön nimessä: Nuoruus + äitiys = mahdoton yhtälö(kö). Kaiken tämän läpi käydyn tiedon ja tutkimuksen perusteella, voin sanoa, että yhtälö nuoruus + äitiys = mahdollinen.

LÄHTEET

- Armanto, Annukka & Koistinen, Paula 2007 (toim.). Neuvolatyön käsikirja. Helsinki: Tammi.
- Aulos, Demi 2014. Blogikirjoitus. ÄLÄ RYHDY TEINIÄIDIKSI. Viitattu 1.4.2015.
<http://blogit.kaksplus.fi/kiljuvapikkunalka/en-suosittele-teiniaitytta/>
- Cacciatore, Raisa & Janhunen, Kristiina 2008. Täydelliset äidit- 11 myyttiä. Teoksessa Janhunen, Kristiina & Oulasmaa, Minna (toim.) Äidin kielletyt tunteet. Väestöliitto, 12
- Ensi – ja turvakotien liitto 2015. Äitiys. Viitattu 24.2.2015.
<http://www.ensijaturvakotienliitto.fi/liitto/haetko-apua/vauva-itkee/perhe/parisuhteesta-vanhemmuussuhteeks/aitiys/>
- Espoon Tyttöjen Talo 2015. Toiminta. Nuoret äidit. Viitattu 27.2.2015.
<http://www.espoontyttojentalo.fi/toiminta>
- Erkko, Anna & Hannukkala, Marjo 2013. Mielenterveys voimaksi. Käsikirja nuorisotyön ammattilaisille. 2. uudistettu painos. Suomen mielenterveysseura.
- Helsingin Tyttöjen Talo 2015. Nuoret äidit. Viitattu 27.2.2015.
<http://www.tyttojentalo.fi/nuoret-%C3%A4idit>
- Hirsjärvi, Sirkka & Hurme, Helena 2008. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press Oy Yliopistokustannus.
- Hirsjärvi, Sirkka & Remes, Pirkko & Sajavaara, Paula 2007. Tutki ja Kirjoita. 13–14., osittain uudistettu painos. Helsinki: Tammi.
- Huotari, Sari & Karppinen, Jonna-Mari 2011. ”SE RIITTI ET ON MUITA NUORI ÄITEJÄ” Nuorten äitien kokemuksia Näpin merkityksestä arjessa. Savonia- ammattikorkeakoulu. Ammattikorkeakoulujen perustutkinnon opinnäytetyö.
- Hannonen, Marjo 2003. Nuorena äidiksi tulleiden kokemuksia ja ajatuksia arjesta sekä tuesta. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Ammattikorkeakoulujen perustutkinnon opinnäytetyö.
- Huuskonen, Päivi 2014. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Vammaispalvelujen käsikirja. Itsenäinen tuki. Vertaistuki. Viitattu 27.2.2015.
<http://www.thl.fi/fi/web/vammaispalvelujen-kasikirja/itsenaisen-elaman-tuki/vertaistuki>
- IQ FORM 2015. Opas ryhmäoppimiseen. Hyvän ryhmän tunnusmerkit. Viitattu 5.3.2015. http://iqform.it.helsinki.fi/iqform/?node=iq_team_rhmatunnus_ryhma_fin
- Juusola, Mervi 2009. Äidin Voimakirja. Helsinki: Otava.
- Juvakka, Essi 2000. Omalla tavallani äiti. Porvoo: WSOY
- Jyväskylän Setlementti ry 2013. Jyväskylän strategia 2013–2015. Viitattu 5.3.2015.
http://issuu.com/jyvalansetlementtiry/docs/jyv_l_n_setlementti_ry_-_strategi

- Jyväskylän Setlementti ry 2015. Nuoruus ja vanhemmuus- hanke. Hankkeen esittely. Viitattu 5.3.2015. <http://www.jyvala.fi/index.php?page=nuoruus-ja-vanhemmuus-hanke>
- Jyväskylän Setlementti ry 2015. Jyväskylän esittely. Viitattu 5.3.2015. <http://www.jyvala.fi/index.php?page=jyvaelaen-esittely>
- Jyväskylän Setlementti ry 2014. Nuoruus ja vanhemmuus. Nuoret äidit. Viitattu 27.2.2015. <http://www.jyvala.fi/index.php?page=nuoret-aeidit>
- Kehityopsykologia 2015a. Erik H. Erikson. Matteusvaikutus Viitattu 24.2.2015. http://personal.inet.fi/private/anne.rongas/ps2/ps2_07.html
- Kehityopsykologia 2015b. Moraalinen kehitys. Kolhberg Lawrence. Viitattu 1.4.2015. <https://kehityopsykologia.wikispaces.com/Moraalinen+kehitys>
- Kehityopsykologia 2015c. Kognitiivinen kehitys. Jean Piaget. Viitattu 23.2.2015. <https://kehityopsykologia.wikispaces.com/Kognitiivinen+kehitys>
- Kehityopsykologia 2015d. Psykoseksuaalinen kehitys. Sigmund Freud. Viitattu 23.2.2015. <https://kehityopsykologia.wikispaces.com/Psykoseksuaalinen+kehitys>
- Kiiski, Timo 2015. Iltalehti. Nettiartikkeli. Teinivanhempien perhe pysyi koossa. Viitattu 1.4.2015. http://www.iltalehti.fi/perhe/2015032719309906_pr.shtml
- Kirkkopelto, Hanna & Taponen, Heidi 2006. Nettivuoto. Nuoren äidin tukipalvelut. Vertaistuki. Viitattu 27.2.2015. <http://www.nettineuvo.fi/index.asp?link=54&klik=1>
- Krank, Arja 2015. Terve.fi. Vanhemmuuden roolit. Viitattu 24.2.2015. <http://www.terve.fi/vanhemmuus-ja-kasvatus/vanhemmuuden-roolit>
- Kuopion Tyttöjen Talo 2015. Ryhmät kevät 2015. Viitattu 27.2.2015. http://www.hilimat.fi/?TOIMINTA:Ryhm%C3%A4t_kev%C3%A4t_2015
- Lautamäki, Kati-Maria & Oksanen, Riitta & Rantanen, Noora 2013. Ryhmämuotoisen vertaistuen merkitys nuorille äideille. Kirjallisuuskatsaus. Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Ammattikorkeakoulujen perustutkinnon opinnäytetyö.
- Lastensuojelulaki 2007/417. Viitattu 24.2.2015. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2007/20070417>
- Lagström Mia. 27.12.2014. Vantaan Sanomat. Viitattu 17.2.2015. <http://www.vantaansanomat.fi/artikkeli/256696-tvn-teiniaiti-koki-lapsena-laittoman-huostaanoton-luottamus-ei-synny-helpolla>
- Lepistö, Henna 2013. Nuorten äitien ryhmästä tukea vanhemmuuteen. Nuorten äitien vanhemmuuteen kasvamisen tukeminen. Oulun seudun ammattikorkeakoulu. Ammattikorkeakoulun perustutkinnon opinnäytetyö.
- Lindblom-Yläne, Sari & Niemelä, Raimo & Päivänsalo, Tiina-Maria & Tynjälä, Päivi 2009. Lukion Psykologia 2. 1.-7. painos. Keuruu: Otava.
- Mannerheimin lastensuojeluliitto 2015a. Vanhempainnetti. Vanhemmuus muuttaa elämää. Viitattu 23.2.2015 http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/vanhemmuus_ja_kasvatus/
- Mannerheimin lastensuojeluliitto 2015b. Vanhempainnetti. Vanhemmuuden kaari. Viitattu 23.2.2015 http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/vanhemmuus_ja_kasvatus/

- Metsämuuronen, Jari 2006. Laadullisen tutkimuksen perusteet. Teoksessa Jari Metsämuuronen (toim.) Laadullisen tutkimuksen käsikirja. 1.painos. Helsinki: International Methelp Ky.
- Nousiainen, Kirsi 2004. Lapsistaan erillään asuvat äidit. Äitiysidentiteetin rakentamisen tiloja. Jyväskylä: Minerva Kustannus Oy
- Nuorisolaki 2006/72. Viitattu 24.2.2015
<https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2006/20060072>
- Oulun Tyttöjen Talo 2015. Toiminta. Lukkari. Viitattu 27.2.2015.
<http://www.likka.fi/toiminta/>
- Pelo, Mira 2011. Yle Akuutti. Artikkelikeli Hyvä äiti, huono äiti. Viitattu 24.2.2015.
<http://yle.fi/aihe/artikkeli/2011/03/15/hyva-aiti-huono-aiti>
- Rossi, Jyrki 2015. FI 2 Filosofinen etiikka. Viitattu 23.2.2015.
<http://personal.inet.fi/koti/rossi/fi2m.html>
- Saarimaa, Susanna 2014. Uusi Tie. Artikkelikeli Vertaistukea nuorille äideille. Viitattu 27.2.2015. <http://uusitie.com/vertaistukea-nuorille-aideille/>
- Setlementtiliitto 2015. Arvot. Viitattu 18.3.2015.
<http://www.setlementti.fi/setlementtiliitto/arvot/>
- Setlementtiliitto 2012. Jyväskylän Setlementin 70 vuotta kansien väliin. Viitattu 18.3.2015. <http://www.setlementti.fi/?x21656=43391>
- Sinkkonen, Jari 2010. Nuoruusikä. Helsinki: WSOY.
- Suhdesoppa 2013. Eriksonin kehitysteoria – katso 8 vaihetta! Viitattu 23.2.2015.
<http://www.suhdesoppa.fi/itsetuntemus/lapsen-kehitys/>
- Tampereen Tyttöjen Talo 2015. Toiminta. Viitattu 27.2.2015.
<http://www.tyttö.fi/toiminta/>
- Terveysten ja hyvinvoinninlaitos. Tilastoraportti 23/2014. Perinataalitalasto – synnyttäjät, synnytykset ja vastasyntyneet 2013. Viitattu 17.2.2015.
<http://www.thl.fi/fi/tilastot/tilastot-aiheittain/seksuaali-ja-lisaantymisterveys/synnyttajat-synnytykset-ja-vastasyntyneet/perinataalitalasto-synnyttajat-synnytykset-ja-vastasyntyneet>
- Terveysten ja hyvinvoinninlaitos 2013. Tutkimustietoa. Lapset, nuoret ja perheet. Avun ja tuen tarve. Viitattu 24.2.2015. http://www.thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/tutkimustietoa/palvelut-ja-niiden-johtaminen/palvelut_vanhempien_nakokulmasta/avun-ja-tuen-tarve
- Toikkanen, Sini 2015. Opinnäytetyön suunnitelma.
- Turun Tyttöjen Talo 2015. RYHMÄT- kevät 2015. Viitattu 27.2.2015.
<http://www.mimmi.fi/toiminta-keskustassa/ryhmat/>
- Väestöliitto 2014. Perheaikaa.fi. Jutut. Vanhemmuus nuorena. Viitattu 30.3.2015.
<https://www.perheaikaa.fi/jutut/lapsi-tulossa/vanhemmuus/vanhemmuus-nuorena/>
- Väestöliitto 2015. Nuoruuden kehitystehtävät. Viitattu 23.2.2015.
http://www.vaestoliitto.fi/seksuaalisuus/tietoa-seksuaalisuudesta/ammattilaiset/tietopankki/nuoruuden_kehitystehtavat/

Väestöliitto 2006. Vanhemmuus. Viitattu 24.2.2015.

http://www.vaestoliitto.fi/vanhemmuus/tietoa_vanhemmille/pienten_lasten_vanhemat/elamaa_lapsiperheessa/vanhemmuus/

Yle-areena. Nuorten ilmainen ehkäisy vähentää abortteja ja tuo säästöjä. Viitattu 27.2.2015. <http://areena.yle.fi/tv/>

LIITTEET

Liite 1

Haastattelurunko - Nuoret äidit - opinnäytetyö

- aluksi tieto: ei ole pakko vastata, jos aihe/asia tuntuu pahalta
- kerro teemat

Taustatiedot

- ikä nyt/ synnytysikä
- lapsen/lasten iät
- siviilisäät
- perhetausta (oma)
- koulutus/työ
- asumismuoto
- vapaa aika: harrastukset, kaverisuhteet, matkustelu

Aika ennen lapsen syntymää

- Halusitko lasta aiemmin (miksi - miksi ei)
- Oliko raskaus suunniteltu- syyt lapsen pitämiseen

Raskaus/Synnytys

- Kenelle kerroit ensimmäisenä raskaudestasi - muiden suhtautuminen (lapsen isä, omat vanhemmat, ystävät, sukulaiset) - millainen vaikutus muiden suhtautumisella oli sinuun
- Millaista oli olla raskaana - kauheaa/ihanaa
- Raskauden aikainen tukiverkosto, mahdollinen valmentautuminen äidiksi tuloon
- Sanoiko joku jotain iästäsi - mietitkö itse omaa ikääsi? (lisää myöhemmin)
- Miten synnytys meni - oliko lapsen isä tai joku muu mukana
- Miten äitinä oleminen lähti käyntiin (tukiverkosto)

Äitiys

- Millainen äidin pitäisi olla? Hyvä äiti - Huono äiti
- Millaisena äitinä pidät itseäsi?
- Onko lapsen saaminen muuttanut sinua - miten
- Mitä äitiys sinulle merkitsee
- Mikä äitiydessä on raskasta/parasta
- Oletko joutunut uhraamaan jotain lapsen takia - mitä
- Arjessa pärjäämisen keinot - miten yhdistää työ/opiskelu ja äitiys
- Tunnetko jostain syyllisyyttä

- Millainen suhde omaan äitiin - kasvatuskäytösten erot/yhtäläisyydet oman äidin kanssa
- Ketkä hoitavat lastasi
- Etsitkö apua lastenhoito ja - kasvatuskäytöksiin - mistä
- Suhde viranomaisiin: yhteiskunnan ja järjestöjen tarjoamat palvelut
- Taloudellinen pärjääminen- saamasi tuki - millaista toivoisi

Vertaistuki/ Vertaistukiryhmä

- Mitä mielestäsi tarkoittaa vertaistuki?
- Millaista vertaistukea käytät - missä, milloin, kauan, kuinka pitkään (Nuoret äidit - muut mahdolliset vertaistukiryhmät)
- Oletko mielestäsi saanut apua vertaistuesta - mitä
- Millaista tukea/apua haet vertaistuelta?
- Mitä itse voit antaa vertaistuetuille vertaistukiryhmässä?
- Millaisia tunteita vertaistuki/vertaisryhmä sinussa herättää?
- Oletko saanut uusia ystäviä vertaistuen kautta?
- Käytkö vertaistukiryhmässä yksin, koko perheellä, lapsen kanssa..
- Miksi vertaistukitoimintaan kannatti lähteä mukaan - miksi ei olisi kannattanut?
- Kenelle suosittelisit vertaistukea?
- Mistä sait tietoa vertaistuesta?
- Mikä merkitys vertaistuella on sinun elämässä?
- Missä vaiheessa hakeuduit vertaistukeen? Milloin olisi kannattanut?

Ikä

- Mitä aikuisuus on - mitä se merkitsee sinulle
- Oletko mielestäsi aikuinen - miksi/miksi ei
- Millaisissa tilanteissa ikä nousee esiin
- Oliko "oikea ikä" saada lapsi
- Onko sinulla tilanteita, joissa olet iloinen, että sinulla on tämän ikäisenä lapsi ja tilanteita jolloin surullinen..
- Mielestäsi mikä on sopiva ikä lapsen saamiseen?
- Millaista kohtelua olet saanut kaupungin palveluissa (neuvola, lääkäri yms.) ikääsi liittyen- mistä se voisi johtua - miltä tuntui- mitkä fiilikset nyt?
- Onko lähipiirissäsi muita saman ikäisiä lapsen saaneita
- Suosittelitko nuorena äidiksi ryhtymistä muille

"oma elämä"

- saamasi apua, tuki, neuvonta - onko vai ei?
- väsymys
- miten jaksat arjessa
- Saatko itsellesi omaa aikaa?

Isä (sen mukaan, onko isä mukana elämässä)

- Mikä on isän rooli teidän tämän hetkisessä arjessa?
- Olitteko pitkään yhdessä ennen lasta
- Halusiko isä lapsen
- Onko isä mukana lapsen hoidossa
- Onko lapsen tulo vaikuttanut parisuhteeseen - miten
- Onko isä väsynyt/miten jaksaa
- jos eronneet, millaiset välit, mahdollinen uusi parisuhde
- Käykö isä töissä/opiskelee- onko kotona